

**STUDI PEMBUATAN COOKIES
DENGAN TEPUNG BERAS DAN LABU KUNING
(*Cucurbita Moschata Duschenes*)**



Oleh:

RIZKA AYU LESTARI

NIM.P07131017055

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA GIZI
DENPASAR
2020**

**STUDI PEMBUATAN COOKIES
DENGAN TEPUNG BERAS DAN LABU KUNING
(*Cucurbita Moschata Duschenes*)**

**Disajikan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga
Jurusan Gizi**

OLEH:

RIZKA AYU LESTARI

NIM. P07131017055

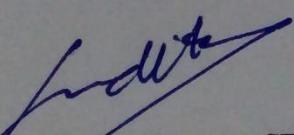
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA GIZI
DENPASAR
2020**

LEMBAR PESETUJUAN

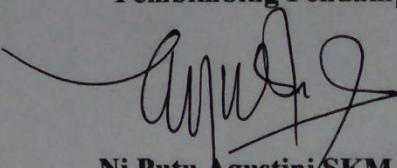
STUDI PEMBUATAN COOKIES DENGAN TEPUNG BERAS DAN LABU KUNING *(Cucurbita Moschata Duschenes)*

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

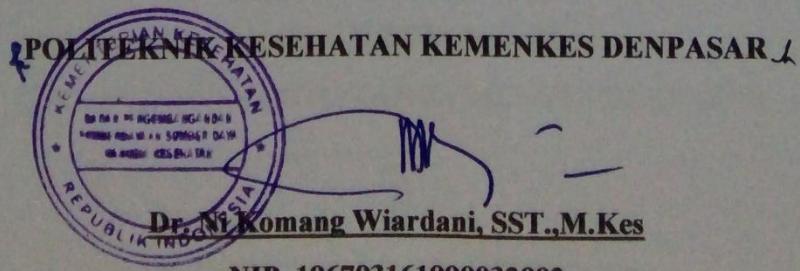

I Gusti Putu Sudita Puryana, STP, MP
NIP. 197411101999031002

Pembimbing Pendamping


Ni Putu Agustini, SKM., M.Si
NIP. 196509071989032002

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN GIZI



PENELITIAN DENGAN JUDUL :

**STUDI PEMBUATAN COOKIES
DENGAN TEPUNG BERAS DAN LABU KUNING**
(Cucurbita Moschata Duschenes)

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 11 MEI 2020

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--|-------------|---|
| 1. Anak Agung Nanak Antarini,SST.MP | (ketua.) | (|
| 2. Dr. Badrut Tamam, STP.M Biotech | (penguji 1) | (|
| 3. I Gusti Putu Sudita Puryana,STP.,MP | (penguji 2) | (|

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes

NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizka Ayu Lestari

NIM : P07131017055

Prodi : Diploma Tiga

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2017

Alamat Rumah : Jl. Karangasem, Glagah, Banyuwangi

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul “Studi Pembuatan Cookies Dengan Tepung Beras Dan Labu Kuning” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dengan ketentuan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 11 Mei 2020

Yang membuat pernyataan



Rizka Ayu Lestari
NIM.P07131017055

**STUDY OF MAKING COOKIES
WITH RICE FLOUR AND PUMPKIN**
(Cucurbita Moschata Duschenes)

ABSTRACT

Cookies are cookies that have a sweet taste derived from flour that does not have high protein, processed by baking. The main ingredient of cookies is flour. In this study, wheat flour was replaced with other alternative ingredients, the alternative material used was rice flour because it has properties similar to wheat flour. Pumpkin or pumpkin pumpkin is one of the fruits that have vegetable provitamin A in the form of β -carotene. The purpose of this study is to determine the characteristics of cookies by testing the preference for quality; color, taste, aroma, texture and overall acceptance, and quality testing of texture and color is also carried out. This study uses an experimental method with a Randomized Group Design. There are 5 comparisons of rice flour: pumpkin yellow which is 50%: 50%; 60%: 40%; 70%: 30%; 80%: 20%; 90%: 10%. Based on Variety Analysis (ANOVA). The best treatment is treatment 3 with a ratio of 70% rice flour and 30% pumpkin, with nutritional content per 100 grams of cookies (419.20 grams of energy; 21.78 grams of fat; and 53.86 grams of carbohydrates).

Keywords: cookies, provitamin, rice flour, quality test, β -carotene, pumpkin.

STUDI PEMBUATAN COOKIES
DENGAN TEPUNG BERAS DAN LABU KUNING
(Cucurbita Moschata Duschenes)

ABSTRAK

Cookies merupakan kue kering yang memiliki cita rasa manis yang berasal dari tepung yang tidak mengandung protein tinggi yang diolah dengan cara dipanggang. Bahan utama cookies adalah tepung terigu. Pada penelitian ini tepung terigu digantikan dengan bahan alternatif lain yaitu tepung beras karena memiliki sifat yang mirip dengan tepung terigu. Labu kuning atau labu waluh adalah adlah salah satu buah yang memiliki provitamin A nabati berupa β - karoten. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik *cookies* dengan melakukan uji kesukaan terhadap mutu; warna; rasa; aroma; tekstur dan penerimaan keseluruhan, dan juga dilakukan uji mutu terhadap tekstur dan warna. Penelitian ini menggunakan metode eksperimental dengan jenis Rancangan Acak Kelompok. Terdapat 5 perbandingan tepung beras : labu kuning yaitu 50%:50%; 60%:40%; 70%:30%; 80%:20%; 90%:10%. Berdasarkan Sidik Ragam (ANOVA). Perlakuan terbaik adalah perlakuan 3 dengan perbandingan 70% tepung beras dan 30% labu kuning, dengan kandungan gizi setiap 100 gram *cookies* (energy 419,20 gram; lemak 21,78 gram ; dan karbohidrat 53,86 gram).

Kata kunci : *cookies*, provitamin, tepung beras, uji mutu, β - karoten, labu kuning.

RINGKASAN PENELITIAN

STUDI PEMBUATAN COOKIES DENGAN TEPUNG BERAS DAN LABU KUNING

(*Cucurbita Moschata Duschenes*)

Oleh : Rizka Ayu Lestari (NIM P07131017055)

Cookies merupakan kue kering yang memiliki cita rasa manis yang berasal dari tepung yang tidak mengandung protein tinggi yang diolah dengan cara dipanggang. Produk *cookies* sekarang ini sudah banyak mengalami variasi campuran bahan baku atau menggantinya dengan bahan baku baru dengan berbagai macam tujuan salah satunya untuk meningkatkan nilai gizi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik *cookies* tepung beras dan labu kuning. Menentukan mutu organoleptik meliputi : warna, aroma, rasa, tekstur, penerimaan keseluruhan, mutu tekstur dan mutu warna, kemudian ditentukan perlakuan terbaik. Selanjutnya dilanjutkan dengan melakukan penghitungan kandungan gizi berupa protein, lemak dan karbohidrat. Penelitian ini menggunakan metode eksperimental dengan jenis rancangan acak kelompok (RAK). Terdapat 5 perlakuan dengan perbandingan tepung beras 50%;60%;70%;80%;90% dan labu kuning 50%;40%;30%;20%;10%. Masing-masing perlakuan diulang 3 kali sehingga penelitian ini terdiri dari 15 kali unit percobaan. Dipilihnya perbedaan penambahan tersebut yaitu untuk mendapatkan konsentrasi optimum yang dapat menghasilkan produk *cookies* yang terbaik.

Uji organoleptik dilaksanakan di rumah penulis, Jl. Karangasem, Glagah, Banyuwangi. Untuk uji kadar protein, lemak dan karbohidrat dihitung berdasarkan

Tabel Komposisi Pangan Indonesia. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan February-mei 2020.

Hasil mutu organoleptik terhadap *cookies* yang dihasilkan yaitu tingkat kesukaan terhadap rasa 3,7-4,7 (netral-sangat suka), aroma 4,4-4,59 (suka-sangat suka), tekstur 4,4-4,61 (suka-sangat suka), warna 2,35-4,5 (tidak suka – sangat suka), tingkat penerimaan keseluruhan 4,66-3,72 (netral-sangat suka), mutu tekstur 2,3-2,93 (agar renyah – renyah). Subtitusi tepung beras 70% dan labu kuning 30% adalah perlakuan yang paling disukai panelis dari segi organoleptik baik dari segi rasa, warna, tekstur, aroma, penerimaan keseluruhan, mutu tekstur dan mutu warna. Keanekaragaman olahan dari bahan lokal dengan harga murah seperti tepung beras dan labu kuning ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk masyarakat agar mampu memanfatkan labu kuning dengan lebih bervariasi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Allah S.W.T / Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “studi pembuatan *cookies* dengan tepung beras dan labu kuning” dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan tugas akhir ini penulis mendapat banyak bantuan serta dukungan dari berbagai pihak dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. I Gusti Putu Sudita Puryana,STP,MP selaku pembimbing utama yang telah banyak membantu dan memberikan petunjuk serta memberikan saran sehingga penelitian dapat terselesaikan.
2. Ni Putu Agustini, SKM.,MSi selaku pembimbing pendamping yang telah banyak membantu dan memberikan petunjuk sehingga penelitian dapat teselesaikan.
3. Dr.Badrut Tamam,STP,M. Biotech dan Anak Agung Nanak Antarini,SST.,MP selaku penguji yang telah banyak membantu dan memberikan petunjuk sehingga Tugas Akhir dapat terselesaikan.
4. A.A Ngurah Kusumajaya,SP.,MPH. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menyelesaikan penelitian ini.
5. Ni Komang Wiardani,SST.,M.Kes. selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan kelancaran untuk menyelesaikan penelitian.
6. Seluruh Dosen Jurusan Gizi yang telah membantu penyusunan usulan tugas akhir ini.

7. Keluarga dan teman-teman di Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah banyak meberikan bantuan.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan penelitian ini. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat untuk semua pihak. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah.....	2
C. Tujuan penelitian	3
D. Manfaat penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Cookies	5
B. Labu kuning (<i>cucurbita moschata duschenes</i>)	16
C. Tepung beras	17
BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEVINISI OPERASIONAL	
A. Kerangka konsep	19
B. Variabel dan definisi operasional.....	21
C. Hipotesa penelitian	22

BAB IV METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis penelitian	23
B. Tempat dan waktu penelitian	23
C. Bahan dan alat.....	24
D. Prosedur penelitian.....	25
E. Parameter yang diamati.....	29
F. Pengolahan dan analisis data	31

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian.....	33
B. Pembahasan	44

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	51
B. Saran	52

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN.....

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
1. Persyaratan mutu cookies	15
2. Kandungan Gizi dan komposisi kimia labu kuning	17
3. Kandungan Gizi dan komposisi kimia tepung beras	18
4. Devinisi operasional	21
5. Formulasi pembuatan cookies	27
6. Skala hedonik dan skala numerik dalam uji organoleptik	29
7. Skala mutu hedonik dan skala numerik terhadap warna	30
8. Skala mutu hedonik dan skala mutu numerik terhadap tekstur	30
9. Nilai rata-rata tingkat penerimaan terhadap uji hedonik	35
10. Nilai rata-rata nilai tingkat penerimaan terhadap mutu warna dan tekstur <i>cookies</i>	35
11. Penilaian perlakuan terbaik berdasarkan organoleptik	43
12. Kandungan zat gizi <i>cookies</i> seluruh perlakuan	44

DAFTAR GAMBAR

No.	Halaman
1. Kerangka konsep	19
2. Diagram alir pembuatan pure labu kuning	26
3. Diagram alir pembuatan cookies	28
4. <i>Cookies</i> dengan tepung beras dan labu kuning seluruh perlakuan.....	34
5. Uji kesukaan terhadap rasa cookies	36
6. Uji kesukaan terhadap aroma cookies	37
7. Uji kesukaan terhadap tekstur cookies	38
8. Uji kesukaan terhadap warna cookies	39
9. Perbedaan warna pada <i>cookies</i>	40
10. Uji kesukaan terhadap penerimaan keseluruhan cookies	40
11. Uji mutu terhadap tekstur cookies	41
12. Uji mutu terhadap warna cookies	42

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1. Persetujuan setelah penjelasan (PSP)	56
2. Uji organoleptik terhadap penerimaan keseluruhan	61
3. Uji organoleptik terhadap mutu warna	62
4. Uji organoleptik terhadap mutu tekstur.....	63
5. Uji sidik ragam (anova) terhadap tekstur	64
6. Dokumentasi	65
7. Surat persetujuan etik (<i>ethical approval</i>)	68
8. Surat keterangan penelitian	69
9. Surat rekomendasi penelitian	70