

SKRIPSI

**PENGARUH VARIASI PENAMBAHAN SARI KACANG HIJAU
TERHADAP SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, KADAR SERAT
PANGAN DAN DAYA TERIMA KONSUMEN PADA PEMBUATAN
PUDING SARI KACANG HIJAU (SAKACHI) SEBAGAI ALTERNATIF
HIDANGAN TINGGI SERAT PANGAN UNTUK PENDERITA
OBESITAS**



**WAHYUNI
P07131221025**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

SKRIPSI

**PENGARUH VARIASI PENAMBAHAN SARI KACANG HIJAU
TERHADAP SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, KADAR SERAT
PANGAN DAN DAYA TERIMA KONSUMEN PADA PEMBUATAN
PUDING SARI KACANG HIJAU (SAKACHI) SEBAGAI ALTERNATIF
HIDANGAN TINGGI SERAT PANGAN UNTUK PENDERITA
OBESITAS**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



**WAHYUNI
P07131221025**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“Pengaruh Variasi Penambahan Sari Kacang Hijau terhadap Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, Kadar Serat Pangan dan Daya Terima Konsumen pada Pembuatan Puding Sari Kacang Hijau (Sakachi) sebagai Alternatif Hidangan Tinggi Serat Pangan untuk Penderita Obesitas”

Disusun Oleh:

WAHYUNI
P07131221025

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

10 Maret 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,


Joko Susilo, SKM., M.Kes
NIP.196412241988031002

Pembimbing Pendamping,


Susilo Wirawan, SKM. MPH
NIP.197001151994031003

Yogyakarta, 12 Maret 2025

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes ✓
NIP.196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“Pengaruh Variasi Penambahan Sari Kacang Hijau terhadap Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, Kadar Serat Pangan dan Daya Terima Konsumen pada Pembuatan Puding Sari Kacang Hijau (Sakachi) sebagai Alternatif Hidangan Tinggi Serat Pangan untuk Penderita Obesitas”

Disusun Oleh:

WAHYUNI
P07131221025

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : ..03 Maret 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes
NIP.197403061998031002

(.....)

Anggota,
Joko Susilo, SKM., M.Kes
NIP.196412241988031002

(.....)

Anggota,
Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP.197001151994031003

(.....)

Yogyakarta, ..12 Maret 2025

Ketua Jurusan Gizi

Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP.196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Wahyuni

NIM : P07131221025

Tanda Tangan : 

Tanggal : 12 Maret 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wahyuni
NIM : P07131221025
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul :

“PENGARUH VARIASI PENAMBAHAN SARI KACANG HIJAU TERHADAP SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, KADAR SERAT PANGAN DAN DAYA TERIMA KONSUMEN PADA PEMBUATAN PUDING SARI KACANG HIJAU (SAKACHI) SEBAGAI ALTERNATIF HIDANGAN TINGGI SERAT PANGAN UNTUK PENDERITA OBESITAS”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 12 Maret 2025

Yang menyatakan



Wahyuni

P07131221025

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya pada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Variasi Penambahan Sari Kacang Hijau terhadap Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, Kadar Serat Pangan dan Daya Terima Konsumen pada Pembuatan Puding Sari Kacang Hijau (Sakachi) sebagai Alternatif Hidangan Tinggi Serat Pangan untuk Penderita Obesitas”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat mencapai gelar Sarjana Terapan pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi Jurusan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Bapak Dr. Waluyo, STP, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Bapak Joko Susilo, SKM., M.Kes selaku Dosen Pembimbing Utama dan Bapak Susilo Wirawan, SKM, MPH selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan masukan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Dr. Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes selaku Dosen Penguji pada penelitian ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Gizi yang telah memberikan banyak ilmunya.
7. Kepada cinta pertama dan panutanku, Bapak Gino dan Pintu Syurga ku Mama Rusni. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang telah diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan pendidikannya sampai meraih gelar sarjana. Terimakasih atas kesabaran yang sangat luas menghadapi penulis yang keras kepala. Terimakasih selalu menjadi tempat pulang, besar harapan penulis semoga bapak dan mama sehat, panjang umur, bahagia selalu dan bisa kebersamai penulis sampai akhir hayat.
8. Kepada ke tiga kakak ku tersayang, abang Dendi dan mbak Neli Hera Yanti beserta suaminya mas Erlangga Bayu Setiawan. Terimakasih banyak atas dukungan secara

moril maupun materil, terimakasih juga atas motivasi yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikannya sampai sarjana.

9. Kepada adikku tersayang Keyan Erlangga dan ke dua keponakanku tercinta Airlangga Kenzio Abidzar Zafran dan Alana Zecha Naqueenza. Terimakasih atas kelucuan-kelucuan kalian yang membuat penulis semangat dan menjadi motivasi penulis untuk menyelesaikan pendidikan sampai sarjana.
10. Teristimewa untuk keluarga besarku di Lampung yang selalu menjadi rumah terhangat dalam setiap langkah hidup penulis. Terimakasih yang tak terhingga atas cinta tanpa syarat, doa yang tak pernah putus serta keyakinan yang begitu besar terhadap setiap pilihan dan mimpi-mimpi penulis. Terimakasih juga telah membantu bapak dan mama dalam segala kondisi selama penulis menyelesaikan pendidikan ini.
11. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Fajar Wahyu Nugraha, S.Kom., Terimakasih sudah selalu ada dan menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terimakasih sudah berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini, baik tenaga maupun waktu kepada penulis. Terimakasih telah mendukung, menghibur, mendengarkan keluh kesah dan memberikan semangat untuk pantang menyerah.
12. Terimakasih saya ucapkan kepada sahabat-sahabat dekat saya Niken, Disa, Devi, Indri, Berlian, Aisyah dan Riris yang sudah menjadi rumah kesekian yang selalu kebersamai dari awal kuliah hingga saat proses penulisan skripsi ini. Terimakasih selalu ada, selalu menyemangati, membantu dalam banyak hal dan berjuang bersama selama masa perkuliahan sampai menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih walaupun kita tidak sedarah tapi tetap searah.
13. Teruntuk sahabat-sahabat terbaik di kelompok PKL Canden dan PKL Soeradji, terimakasih sudah menjadi bagian tak terpisahkan dari perjalanan ini. Terimakasih atas segala momen, tawa dan kerja sama yang luar biasa. Kehadiran kalian menjadikan pengalaman PKL ini jauh lebih bermakna dan menyenangkan.
14. Terimakasih yang tulus saya sampaikan kepada Nadin Amizah, atas inspirasi dan melodi indah yang menjadi pengantar sunyi dalam proses penulisan skripsi ini. Karya-karyamu adalah penenang disetiap hiruk pikuk pemikiran dan membangkitkan semangat penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Kepada teman-teman seperjuangan STr Gizi dan Dietetika Angkatan 2021. Terimakasih telah menjadi keluarga yang sangat luar biasa, terimakasih untuk kerjasamanya selama perkuliahan ini.

16. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu yang ikut membantu baik secara langsung ataupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Semoga Allah AWT, membalas kabaikan kalian semua. Aamiin.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dan apabila dalam penulisan skripsi ini banyak kekurangan mohon kritik dan sarannya yang dapat membangun. Semoga penelitian ini bisa membantu pembaca dalam menambah wawasan dan bermanfaat untuk perkembangan pengetahuan yang bisa diterapkan dalam kehidupan.

Yogyakarta, 24 Februari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian.....	6
G. Produk Yang Dihasilkan	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Telaah Pustaka.....	11
B. Landasan Teori	32
C. Kerangka Konsep	35
D. Hipotesis Penelitian.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Jenis dan Desain Penelitian	36

B. Waktu dan Tempat.....	37
C. Variabel Penelitian dan aspek aspek yang diteliti/diamati	37
D. Definisi Operasional dan Variabel Penelitian	37
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	40
F. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian	42
G. Prosedur Penelitian.....	59
H. Manajemen Data.....	62
I. Etika Penelitian	63
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	64
A. Hasil Penelitian.....	64
B. Pembahasan	80
BAB V PENUTUP	98
A. Kesimpulan.....	98
B. Saran	98
DAFTAR PUSTAKA	100
LAMPIRAN.....	105

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Santan.....	18
Gambar 2. Pasta Pandan	19
Gambar 3. Kacang Hijau.....	23
Gambar 4. Skema Kerangka Konsep	35
Gambar 5. Rancangan Percobaan Penelitian	36
Gambar 6. Kacang Hijau.....	42
Gambar 7. Air Mineral.....	42
Gambar 8. Bubuk agar-agar	42
Gambar 9. Sari Kacang hijau	43
Gambar 10. Gula Pasir.....	43
Gambar 11. Santan.....	43
Gambar 12. Pasta pandan.....	44
Gambar 13. Air	44
Gambar 14. Sampel puding "Sakachi"	44
Gambar 15. Air Mineral.....	45
Gambar 16. Sampel puding "Sakachi"	45
Gambar 17. Air Mineral.....	45
Gambar 18. Sampel puding "Sakachi"	46
Gambar 19. Buffer phosphate pH 7	46
Gambar 20. Enzim alpha amilase	46
Gambar 21. Enzim beta amilase	47
Gambar 22. Air destilasi	47
Gambar 23. HC1 1N	47
Gambar 24. Ethanol	48
Gambar 25. Acetone	48
Gambar 26. NaOH 1 N	48
Gambar 27. Sampel puding "Sakachi"	49
Gambar 28. Air mineral	49
Gambar 29. Timbangan Digital	49
Gambar 30. Sendok makan	50
Gambar 31. Mangkuk	50
Gambar 32. Kompor	50
Gambar 33. Cetakan puding	50

Gambar 34. Spatula.....	51
Gambar 35. Blender.....	51
Gambar 36. Saringan	51
Gambar 37. Panci.....	51
Gambar 38. Pisau	52
Gambar 39. Gelas ukur	52
Gambar 40. Sampel puding “Sakachi”	52
Gambar 41. Kertas label	52
Gambar 42. Form uji sifat fisik.....	53
Gambar 43. Bolpoint.....	53
Gambar 44. Tissue	53
Gambar 45. Sampel puding "Sakachi"	53
Gambar 46. Kertas label	54
Gambar 47. Form uji sifat organoleptik.....	54
Gambar 48. Bolpoint.....	54
Gambar 49. Tissue	54
Gambar 50. Timbangan analitik	55
Gambar 51. Kertas saring	55
Gambar 52. Corong buchner.....	55
Gambar 53. Labu erlemeyer	56
Gambar 54. pH meter.....	56
Gambar 55. Cawan.....	56
Gambar 56. Oven	56
Gambar 57. Desikator	57
Gambar 58. Sampel puding “Sakachi”	57
Gambar 59. Kertas label	57
Gambar 60. Form uji sifat fisik dan sifat organoleptic	58
Gambar 61. Bolpoint.....	58
Gambar 62. Tissue	58
Gambar 63. Diagram alir Prosedur kegiatan.....	59
Gambar 64. Diagram alir tahap pengolahan	60
Gambar 65. Sari Kacang Hijau	65
Gambar 66. Hasil Produk Puding Sari Kacang Hijau Bagian Luar dan Bagian Dalam	67
Gambar 67. Hasil Uji Organoleptip warna	69

Gambar 68. Hasil Uji Organoleptik Aroma	70
Gambar 69. Hasil Uji Organoleptik Rasa	71
Gambar 70. Hasil Uji Organoleptik Tekstur.....	72
Gambar 71. Tingkat Kesukaan Puding Sakachi dengan Spider Web	73
Gambar 72. Persentase Daya Terima Warna	74
Gambar 73. Persentase Daya Terima Warna yang dikelompokkan menjadi Respon Negatif dan Positif	75
Gambar 74. Persentase Daya Terima Aroma.....	75
Gambar 75. Persentase Daya Terima Aroma yang dikelompokkan menjadi Respon Negatif dan Positif	76
Gambar 76. Daya Terima Rasa.....	76
Gambar 77. Persentase Daya Terima Rasa yang dikelompokkan menjadi Respon Negatif dan Positif	77
Gambar 78. Daya Terima Tekstur	77
Gambar 79. Persentase Daya Terima Tekstur yang dikelompokkan menjadi Respon Negatif dan Positif	78

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	6
Tabel 2. Produk yang dihasilkan.....	9
Tabel 3. Kandungan Gizi per 100g Puding.....	15
Tabel 4. Standar Mutu Agar-Agar Tepung SNI 01-2802 (2015).....	16
Tabel 5. Syarat Mutu Gula Pasir Menurut SNI 3140.3:2010	17
Tabel 6. Standar Mutu Santan Cair Menurut SNI 01-3816-1995.....	19
Tabel 7. Standar Mutu Air Untuk Industri Makanan.....	21
Tabel 8. Kandungan Gizi Kacang Hijau per 100g.....	24
Tabel 9. Bahan dalam Penelitian	42
Tabel 10. Alat dalam Penelitian.....	49
Tabel 11. Bahan yang Digunakan Dalam Pembuatan Puding	59
Tabel 12. Variasi Penambahan Sari Kacang Hijau.....	64
Tabel 13. Sifat Fisik Puding Sakachi	66
Tabel 14. Rata-Rata Tingkat Kesukaan Uji Sifat Organoleptik dan Hasil Analisis Uji One Way Anova.....	68
Tabel 15. Hasil Uji Statistik Kadar Serat Pangan	74
Tabel 16. Food Cost Puding Sakachi	79
Tabel 17. Nilai Gizi Puding Sakachi.....	79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Komisi Etik	106
Lampiran 2. Naskah Penjelasan Sebelum Penelitian	107
Lampiran 3. Informed Consent	109
Lampiran 4. Form Uji Sifat Fisik.....	110
Lampiran 5. Form Uji Organoleptik (Hedonik).....	112
Lampiran 6. Rekapitulasi Sifat Fisik Puding Sakachi	114
Lampiran 7. Hasil Rekapitulasi Uji Organoleptik Warna.....	115
Lampiran 8. Hasil Rekapitulasi Uji Organoleptik Aroma	116
Lampiran 9. Hasil Rekapitulasi Uji Organoleptik Rasa.....	117
Lampiran 10. Hasil Rekapitulasi Uji Organoleptik Tekstur	118
Lampiran 11. Hasil Uji Serat Pangan 16 Sampel Puding Sakachi	119
Lampiran 12. Hasil Uji Statistik Sifat Organoleptik.....	121
Lampiran 13. Hasil Uji Statistik Serat Pangan	125
Lampiran 14. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	126
Lampiran 15. Absensi Uji Organoleptik dan Uji Sifat Fisik	129
Lampiran 16. Label Puding Sakachi.....	131
Lampiran 17. Rencana Anggaran Biaya (RAB) Penelitian	132
Lampiran 18. Jadwal Penelitian.....	133