

SKRIPSI

**PENGARUH VARIASI CAMPURAN TEPUNG KACANG
HIJAU (*Vigna radiata*) DAN TEPUNG JAMBU BIJI MERAH
(*Psidium guajava*) PADA *SOFT COOKIES* DITINJAU DARI
SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, DAN KADAR SERAT
PANGAN SEBAGAI MAKANAN SELINGAN SUMBER SERAT**



**TSABITA MUTASOLLIHA
NIM. P07131222019**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

PENGARUH VARIASI CAMPURAN TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata*) DAN TEPUNG JAMBU BIJI MERAH (*Psidium guajava*) PADA *SOFT COOKIES* DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, DAN KADAR SERAT PANGAN SEBAGAI MAKANAN SELINGAN SUMBER SERAT

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



TSABITA MUTASOLLIHA
NIM. P07131222019

PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

“Pengaruh Variasi Campuran Tepung Kacang Hijau (*Vigna radiata*) dan Tepung Jambu Biji Merah (*Psidium guajava*) pada *Soft Cookies* ditinjau dari Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, dan Kadar Serat Pangan Sebagai Makanan Selingan Sumber Serat”

“The Effect of Variation of Mung Bean Flour (*Vigna radiata*) and Red Guava Flour (*Psidium guajava*) Mixtures on Soft Cookies Reviewed in Terms of Physical Properties, Organoleptic Properties, and Dietary Fiber Content as a Fiber Source Snack Food”

Disusun oleh:

TSABITA MUTASOLLIHA
NIM. P07131222019

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

24 Juli 2026

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Lastmi Wayansari, S.Gz, MPH
NIP. 198007192001122002

Pembimbing Pendamping



Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes.
NIP. 197001051994031003



HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH VARIASI CAMPURAN TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata*)
DAN TEPUNG JAMBU BIJI MERAH (*Psidium guajava*) PADA
SOFT COOKIES DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, DAN
KADAR SERAT PANGAN SEBAGAI MAKANAN SELINGAN SUMBER SERAT

Disusun oleh:

TSABITA MUTASOLLIHA
NIM. P07131222019

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 24 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

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

Anggota,
Lastmi Wayansari, S.Gz, MPH
NIP. 198007192001122002

Anggota,
Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes.
NIP. 197001051994031003

17/7²⁶
(.....)
(.....)
(.....)

Yogyakarta, 17 Juli 2026
Ketua Jurusan Gizi



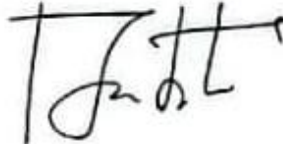
Nur Hidayat, SKM, M.Kes.
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Tsabita Mutasolliha

NIM : P07131222019

Tanda Tangan : 

Tanggal : 23 Juli 2016

HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tsabita Mutasolliha
NIM : P07131222019
Program Studi : Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan
Jurusan : Gizi

Demi 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 Campuran Tepung Kacang Hijau (*Vigna radiata*) dan Tepung Jambu Biji Merah (*Psidium guajava*) pada *Soft Cookies* ditinjau dari Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, dan Kadar Serat Pangan Sebagai Makanan Selingan Sumber Serat

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.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 23 Juli 2026

Yang menyatakan,



(Tsabita Mutasolliha)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi 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 terima kasih 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. Ibu Lastmi Wayansari, S.Gz, MPH selaku Ketua Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, dan bantuan dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, dan bantuan dalam penyusunan skripsi.
5. Bapak Joko Susilo, SKM, M.Kes. selaku penguji yang telah memberikan saran dan masukan sehingga membantu dalam menyempurnakan isi dan kualitas skripsi ini.
6. Panelis, enumerator, dan seluruh pihak yang telah bersedia berpartisipasi dan meluangkan waktunya untuk membantu dalam proses penelitian.
7. Orang tua dan keluarga, yang telah memberikan bantuan dukungan moral dan material, serta menjadi motivasi dan semangat selama menjalani proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

8. Teman-teman Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan kelas reguler tahun 2022 yang selalu kebersamai dalam berproses di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan saling memberi dukungan sejak awal masuk perkuliahan hingga penyusunan skripsi.

Akhir kata, Penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 2 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian.....	6
F. Keaslian Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 9
A. Telaah Pustaka	9
B. Landasan Teori.....	29
C. Kerangka Konsep	31
D. Hipotesis Penelitian	32
 BAB III METODE PENELITIAN	 33
A. Jenis dan Desain Penelitian	33
B. Rancangan Percobaan.....	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
D. Waktu dan Tempat	35
E. Variabel Penelitian	35
F. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	40
H. Alat Ukur/Instrumen Penelitian dan Bahan Penelitian.....	41
I. Prosedur Penelitian	46
J. Manajemen Data.....	51
K. Etika Penelitian.....	52

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Hasil.....	53
B. Pembahasan	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	85
A. Kesimpulan.....	85
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	95

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	8
Tabel 2. Bahan Baku Pembuatan Soft Cookies.....	14
Tabel 3. Kandungan Gizi Kacang Hijau Per 100 Gram	16
Tabel 4. Syarat Mutu Tepung Kacang Hijau	17
Tabel 5. Kandungan Gizi Jambu Biji Per 100 Gram.....	19
Tabel 6. Instrumen dalam Penelitian	41
Tabel 7. Alat Pembuatan Produk Penelitian	42
Tabel 8. Bahan Pembuatan Produk Penelitian	44
Tabel 9. Komposisi Bahan untuk Perlakuan dalam Penelitian	45
Tabel 10. Alat Pembuatan Produk.....	53
Tabel 11. Bahan Pembuatan Produk.....	55
Tabel 12. Variasi Campuran Tepung	59
Tabel 13. Hasil Analisis Uji Sifat Fisik Soft Cookies	61
Tabel 14. Hasil Analisis Uji Organoleptik Soft Cookies.....	63
Tabel 15. Hasil Analisis Kadar Serat Pangan Total Soft Cookies	70

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Soft Cookies	9
Gambar 2. Kacang Hijau.....	15
Gambar 3. Jambu Biji Merah	18
Gambar 4. Diagram Alir Kerangka Konsep Penelitian.....	31
Gambar 5. Rancangan Percobaan Penelitian	33
Gambar 6. Diagram Alir Proses Pembuatan Tepung Kacang Hijau	46
Gambar 7. Diagram Alir Proses Pembuatan Tepung Jambu Biji Merah.....	47
Gambar 8. Diagram Alir Proses Pembuatan Soft Cookies.....	48
Gambar 9. Tepung Kacang Hijau	57
Gambar 10. Tepung Jambu Biji Merah	58
Gambar 11. Hasil Produk Soft Cookies	60
Gambar 12. Diagram Batang Hasil Uji Organoleptik Warna.....	64
Gambar 13. Diagram Batang Hasil Uji Organoleptik Aroma	65
Gambar 14. Diagram Batang Hasil Uji Organoleptik Rasa	66
Gambar 15. Diagram Batang Hasil Uji Organoleptik Tekstur	68
Gambar 16. Spiderweb Rata-Rata Hasil Uji Organoleptik Soft Cookies	69

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Naskah PSP	96
Lampiran 2. Form Informed Consent.....	97
Lampiran 3. Form Uji Sifat Fisik.....	98
Lampiran 4. Form Uji Sifat Organoleptik.....	99
Lampiran 5. Surat Persetujuan Etik	100
Lampiran 6. Hasil Uji Sifat Fisik	101
Lampiran 7. Hasil Uji Organoleptik.....	103
Lampiran 8. Hasil Analisis Uji Organoleptik.....	107
Lampiran 9. Hasil Uji Kadar Serat Pangan.....	133
Lampiran 10. Hasil Analisis Kadar Serat Pangan	134
Lampiran 11. Dokumentasi Pembuatan Tepung Kacang Hijau	135
Lampiran 12. Dokumentasi Pembuatan Tepung Jambu Biji Merah	136
Lampiran 13. Dokumentasi Pembuatan Soft Cookies	138
Lampiran 14. Dokumentasi Uji Sifat Fisik dan Organoleptik	140
Lampiran 15. Daftar Hadir Panelis	141
Lampiran 16. Daftar Hadir Enumerator	142
Lampiran 17. Anggaran Penelitian	143
Lampiran 18. Jadwal Penelitian	145