

KARYA TULIS ILMIAH

**DAYA TERIMA *COOKIES* LABU KUNING (*Cucurbita Moschata Durch*)
DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG KACANG HIJAU
(*Vigna Radiata, L.*) SEBAGAI MAKANAN
SELINGAN SEHAT**



**DEBBY AMANDA BR GURUSINGA
P01031123011**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
TAHUN 2026**

**DAYA TERIMA *COOKIES* LABU KUNING (*Cucurbita Moschata Durch*)
DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG KACANG HIJAU
(*Vigna Radiata, L.*) SEBAGAI MAKANAN
SELINGAN SEHAT**

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Ahli
Madya Gizi (A.Md Gz) pada Program Studi D-III Gizi Jurusan Gizi Politeknik
Kesehatan Kemenkes Medan



**DEBBY AMANDA BR GURUSINGA
P01031123011**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH
DAYA TERIMA COOKIES LABU KUNING (*Cucurbita moschata* Durch)
DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG KACANG HIJAU
(*Vigna radiata*, L.) SEBAGAI MAKANAN
SELINGAN SEHAT

Diusulkan Oleh
DEBBY AMANDA BR GURUSINGA
NIM. P01031123011

Telah disetujui di Lubuk Pakam
Pada tanggal, 09 September 2026

Pembimbing Utama



Tiar Linde Bakara, SP, M.Si
NIP. 196701291987032002

Ketua Prodi Diploma III Gizi



Dr. Yenni Zuraidah, SP., M.Kes
NIP. 197704262001122002

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH
DAYA TERIMA COOKIES LABU KUNING (*Cucurbita moschata* Durch)
DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG KACANG HIJAU
(*Vigna radiata*, L.) SEBAGAI MAKANAN
SELINGAN SEHAT

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:
DEBBY AMANDA BR GURUSINGA
NIM. P01031123011

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 19 Juni 2026

Tim Penguji:

1. Ketua : Tiar Lince Bakara, SP, M.Si
2. Anggota 1 : Dr. Oslida Martony, SKM, M.
3. Anggota 2 : Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

Tanda Tangan



Lubuk Pakam, 18 September 2026
Mengetahui
Ketua Prodi



Dr. Yenni Zuraidah, SP., M.Kes
NIP. 197704262001122002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Debby Amanda Br Gurusinga
NIM : P01031123011
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Gizi
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

“Daya Terima *Cookies* Labu Kuning (*Cucurbita Moschata* *Durch*) Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (*Vigna Radiata*, *L.*) Sebagai Makanan Selingan Sehat”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 08 September 2026

Penulis,



DEBBY AMANDA BR GURUSINGA

NIM: P01031123011

ABSTRAK

DAYA TERIMA COOKIES LABU KUNING (*Cucurbita moschata* Durch) DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG KACANG HIJAU (*Vigna radiata*, L.) SEBAGAI MAKANAN SELINGAN SEHAT

Debby Amanda Br Gurusinga, Tiar Lince Bakara, SP., M.Si
(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)
Email: debbyamandagurusinga@gmail.com

Perubahan pola konsumsi masyarakat meningkatkan kebutuhan terhadap makanan selingan yang sehat, dan bergizi. Cookies dapat menjadi salah satu makanan selingan dengan memanfaatkan bahan pangan lokal seperti labu kuning dan kacang hijau. Labu kuning kaya akan β -karoten, sedangkan kacang hijau memiliki kandungan protein dan serat yang cukup tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui daya terima cookies labu kuning dengan penambahan tepung kacang hijau sebagai makanan selingan sehat.

Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan Rancangan Acak Lengkap (RAL) yang terdiri atas 3 perlakuan dan 2 kali pengulangan, yaitu perlakuan A (tepung labu kuning 35 gram dan tepung kacang hijau 25 gram), perlakuan B (tepung labu kuning 35 gram dan tepung kacang hijau 20 gram), dan perlakuan C (tepung labu kuning 35 gram dan tepung kacang hijau 15 gram). Penilaian daya terima dilakukan melalui uji organoleptik terhadap warna, tekstur, rasa dan aroma dengan 30 panelis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan A merupakan formulasi yang paling disukai panelis meliputi warna, tekstur, rasa, dan aroma. Nilai rata-rata kesukaan perlakuan A terhadap warna sebesar 4,45 (sangat suka), tekstur 4,40 (sangat suka), rasa 4,41 (sangat suka), dan aroma 4,35 (sangat suka). Hasil uji One Way ANOVA menunjukkan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) pada parameter warna, tekstur, rasa, dan aroma, sehingga terdapat pengaruh penambahan tepung kacang hijau terhadap daya terima cookies.

Kesimpulannya, perlakuan A (tepung labu kuning 35 gram dan tepung kacang hijau 25 gram) merupakan formulasi yang paling disukai panelis sehingga berpotensi dikembangkan sebagai makanan selingan sehat. Disarankan untuk melakukan pengembangan formulasi dengan variasi perbandingan tepung lainnya agar diperoleh mutu organoleptik dan kandungan gizi yang lebih baik.

Kata kunci: Cookies, labu kuning, kacang hijau, daya terima, makanan selingan

ABSTRACT

ACCEPTABILITY OF PUMPKIN (*Cucurbita moschata* Durch) COOKIES WITH THE ADDITION OF MUNG BEAN (*Vigna radiata* L.) FLOUR AS A HEALTHY SNACK

Debby Amanda Br Gurusinga, Tiar Lince Bakara, SP., M.Si

Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health

Email: debbyamandagurusinga@gmail.com

Changes in dietary patterns have increased the demand for healthy and nutritious snacks. Cookies can serve as a healthy snack alternative by incorporating locally available food ingredients such as pumpkin and mung beans. Pumpkin is rich in β -carotene, while mung beans contain relatively high levels of protein and dietary fiber. This study aimed to determine the acceptability of pumpkin cookies with the addition of mung bean flour as a healthy snack.

This experimental study employed a Completely Randomized Design (CRD) consisting of three treatments with two replications: Treatment A contained 35 g of pumpkin flour and 25 g of mung bean flour; Treatment B contained 35 g of pumpkin flour and 20 g of mung bean flour; and Treatment C contained 35 g of pumpkin flour and 15 g of mung bean flour. Acceptability was evaluated through an organoleptic test assessing color, texture, taste, and aroma with 30 panelists.

Treatment A was the most preferred formulation across all sensory attributes. The mean preference scores for Treatment A were 4.45 for color (very much liked), 4.40 for texture (very much liked), 4.41 for taste (very much liked), and 4.35 for aroma (very much liked). One-way ANOVA showed a p-value of 0.000 (<0.05) for color, texture, taste, and aroma, indicating a significant effect of mung bean flour addition on cookie acceptability.

Treatment A, consisting of 35 g of pumpkin flour and 25 g of mung bean flour, was the most preferred formulation among the panelists and has potential for development as a healthy snack. Further formulation studies using different flour ratios are recommended to obtain improved organoleptic quality and nutritional composition.

Keywords: pumpkin cookies; pumpkin flour; mung bean flour; acceptability; healthy snacks.





BIODATA PENULIS

Nama : Debby Amanda Br Gurusinga
Tempat/Tgl lahir : Sukamakmur, 01 September 2005
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Dusun I Sukamakmur, Kec. Sibolangit, Kab. Deli Serdang
Nomor HP : 082167276267

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Negeri 101837 Sukamakmur
2. SLTP : SMP Swasta Karya Bersama
3. SLTA : SMA Negeri 1 Sibolangit

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Daya Terima Cookies Labu Kuning (*Cucurbita Moschata* *Durch*) Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (*Vigna Radiata*, *L.*) Sebagai Makanan Selingan Sehat”**.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah, penulis mendapat bantuan dari banyak pihak. Maka dari itu, dalam kesempatan ini dengan kesungguhan hati, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Plt. Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes, selaku Ketua Progam Studi Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
4. Ibu Tiar Lince Masrani Bakara, SP, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang senantiasa meluangkan waktunya serta selalu memberikan bimbingan, motivasi, serta masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku Dosen Penguji Pertama.
6. Ibu Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Dosen Penguji Kedua.
7. Kedua Orang Tua penulis, Bapak Elyson Gurusinga dan Ibu Fatmawati Br Bangun, saudara penulis Elfa dan Choky yang selalu memberikan doa, dukungan dan semangat sehingga penulis bisa sampai pada tahap ini.
8. Teman seperjuangan Alemina dan Jenifer, teman sebibingan dan saudara Kos LBP yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini, memberikan semangat, dukungan, dan kebersamaan yang begitu berarti.

Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih ada kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik dari semua pihak dalam penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
BIODATA PENULIS	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Labu Kuning	5
1. Definisi labu kuning	5
2. Manfaat Labu Kuning	5
3. Kandungan Zat Gizi Labu Kuning.....	6
4. Tepung Labu Kuning.....	6
B. Kacang Hijau	8
1. Definisi Kacang Hijau.....	8
2. Manfaat Kacang Hijau	8
3. Kandungan Zat Gizi Kacang Hijau.....	8
4. Tepung Kacang Hijau.....	9
C. <i>Cookies</i>	10
1. Pengertian <i>Cookies</i>	10

2. Jenis-Jenis <i>Cookies</i>	10
3. Syarat Mutu <i>Cookies</i>	12
4. Standar Resep <i>Cookies</i>	13
5. Prosedur Pembuatan <i>Cookies</i>	13
D. Makanan Selingan	14
1. Pengertian Makanan Selingan	14
2. Manfaat Makanan Selingan	14
3. Jenis-Jenis Makanan Selingan	14
E. Uji Organoleptik	14
F. Kerangka Konsep	18
G. Definisi Operasional	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Jenis Penelitian Dan Rancangan Penelitian.....	21
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	21
C. Layout dan Bilangan Acak.....	22
D. Alat Dan Bahan	23
E. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data	32
1. Jenis Data	32
2. Prosedur Pengumpulan Data Uji Organoleptik.....	32
3. Pengolahan dan Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil.....	34
1. Rendeman Tepung Labu Kuning dan Tepung Kacang Hijau	34
2. Daya Terima.....	34
B. Pembahasan	39
1. Warna.....	39
2. Tekstur	40
3. Rasa	42
4. Aroma	43

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kandungan Zat Gizi Labu Kuning Dalam 100 g	6
Tabel 2. Kandungan Zat Gizi Tepung Labu Kuning 100 g	6
Tabel 3. Kandungan Zat Gizi Kacang Hijau Dalam 100 g	8
Tabel 4. Kandungan Gizi Tepung Kacang Hijau Dalam 100 g.....	9
Tabel 5. Syarat Mutu <i>Cookies</i>	12
Tabel 6. Standar Resep <i>Cookies</i>	13
Tabel 7. Definisi Operasional.....	19
Tabel 8. Penentuan Bilangan Acak	22
Tabel 9. Lay Out Percobaan	22
Tabel 10. Alat Pembuatan Tepung Labu Kuning	23
Tabel 11. Bahan Pembuatan Tepung Labu Kuning.....	23
Tabel 12. Alat Pembuatan Tepung Kacang Hijau	26
Tabel 13. Bahan Pembuatan Tepung Kacang Hijau	26
Tabel 14. Alat pembuatan cookies labu kuning dan tepung kacang hijau	29
Tabel 15. Bahan pembuatan <i>cookies</i> labu kuning dan tepung kacang hijau	29
Tabel 16. Nilai Rata-Rata Kesukaan Panelis Terhadap Warna Cookies	35
Tabel 17. Nilai Rata-Rata Kesukaan Panelis Terhadap Tekstur Cookies.....	36
Tabel 18. Nilai rata-rata kesukaan panelis terhadap rasa Cookies	36
Tabel 19. Nilai rata-rata kesukaan panelis terhadap aroma Cookies	37
Tabel 20. Rekapitulasi uji mutu organoleptik <i>cookies</i>	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	18
Gambar 2. Diagram Alir Pembuatan Tepung Labu Kuning.....	25
Gambar 3. Diagram Alir Pembuatan Tepung Kacang Hijau.....	28
Gambar 4. Diagram Alir Pembuatan <i>Cookies</i> Labu Kuning dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	50
Lampiran 2. Surat Ethical Clereance	51
Lampiran 3. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah	52
Lampiran 4. Informed Consent	54
Lampiran 5. Formulir Uji Organoleptik.....	55
Lampiran 6. Rekapitulasi Data Rata-Rata Skor Panelis terhadap Warna <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Cucurbita Moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna Radiata, L.</i>) sebagai Selingan Sehat.	56
Lampiran 7. Hasil Analisis Kesukaan Panelis terhadap Warna <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Cucurbita Moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna radiata, L</i>) sebagai Makanan Selingan Sehat.....	57
Lampiran 8. Rekapitulasi Data Rata-Rata Skor Panelis terhadap Tekstur <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Curcubita moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna Radiata, L.</i>) sebagai Selingan Sehat.	58
Lampiran 9. Hasil Analisis Kesukaan Panelis terhadap Tekstur <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Cucurbita Moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna radiata, L</i>) sebagai Makanan Selingan Sehat	59
Lampiran 10. Rekapitulasi Data Rata-Rata Skor Panelis terhadap Rasa <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Curcubita moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna Radiata, L.</i>) sebagai Selingan Sehat.	60
Lampiran 11. Hasil Analisis Kesukaan Panelis terhadap Rasa <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Cucurbita Moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna radiata, L</i>) sebagai Makanan Selingan Sehat.....	61
Lampiran 12. Rekapitulasi Data Rata-Rata Skor Panelis terhadap Aroma <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Curcubita moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna Radiata, L.</i>) sebagai Selingan Sehat.	62
Lampiran 13. Hasil Analisis Kesukaan Panelis terhadap Aroma <i>Cookies</i> Labu Kuning (<i>Cucurbita Moschata Durch</i>) dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (<i>Vigna radiata, L</i>) sebagai Makanan Selingan Sehat	63
Lampiran 14. Dokumentasi Bahan	64
Lampiran 15. Dokumentasi Panelis	65