DAFTAR PUSTAKA

Adipa, R., Rahmawati, W. and Suharyatun, S. (2022) "Jurnal Agricultural Biosystem Engineering Pengaruh Kecepatan Putar Disk Mill Terhadap Karakteristik Tepung dari 3 Jenis Polong The Effect of Mill Disc Play Speed on the Characteristics of the Flour of 3 Types of Pods." Available at: http://dx.doi.org/10.23960/jabe.v1i4.6462.

Agribisnis, J. and Vol, U. (2022) "Jurnal Agribisnis Unisi Vol. 11 No. 1 Tahun 2022," 11(1), pp. 78–83.

Akhmad Kamilah, M., Ayu, K.I.G. and Restanty, D.A. (2024) "Perbedaan Efektivitas Rebusan Kacang Hijau dan Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di Wilayah Puskesmas Banjarsengon," I(1). Available at: https://doi.org/10.31290/jmch.v1i1.4420.

Andriati, E.D. *et al.* (2024) "Inovasi Pembuatan Cookies dengan Pemanfatan Tepung Sorgum dan Tepung Kacang Hijau (Vigna Ridiata) Universitas Negeri Surabaya , Indonesia," 1(4). Available at: https://doi.org/10.62383/hardik.v1i4.798..

Arwin Muhlishoh, Nova Anggita Putri, B.M. (2024) "Jurnal Riset Gizi," 12(2). https://doi.org/10.31983/jrg.v12i2.11888.

Dewi, S.P., Devi, S. and Ambarwati, S. (2021) "Pembuatan dan Uji Organoleptik Eco-enzyme dari Kulit Buah Jeruk," pp. 649–657.

Fadhilah, A. (2023) "Kearifan Lokal dalam Membentuk Daya Pangan Lokal Komunitas Molamahu Pulubala Gorontalo," pp. 23–38.

Habibi, N.A. *et al.* (2023) "Pengaruh subtitusi tepung kacang hijau terhadap mutu organoleptik dan kadar protein beras rendang," 18(1), pp. 181–190.at: https://jurnal.poltekkespadang.ac.id/ojs/index.php/jsm/article/view/981.

handayani (2022) "pada aspek tekstur diproleh skor 2 , 50 dengan kategori ' Baik ' yang menghasilkan cendol dengan tekstur kenyal dan padat," (1), pp. 1–8.

Ira Maya Pitaloka, Bahriyatul Ma'rifah, A.M. (2024) "Analisis kandungan gizi dan organoleptik mie kering substitusi tepung kacang hijau dan tepung daun kelor untuk remaja gizi kurang," (September 2023), pp. 105–114. https://doi.org/10.24853/mjnf.5.1.74-91.

Jebaru, Y. (2023) "Pengaruh Lama Pengeringan Terhadap Tingkat Kesukaan Teh," 04(02), pp. 38–44. https://doi.org/10.56842/jp-ipa.

Mahdiah, Zahara, R. and Oppusunggu, R. (2022) "Pengaruh Pemberian Cookies Sukahitu terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil," 17(2), pp. 133–140.

Mulyati, S. (2024) "Potensi Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Sebagai Sayuran Superfood," 1(6), pp. 300–306.

Nuraeni, A. and Marianti, C. (2020) "Alternatif snack untuk ibu hamil dan menyusui," pp. 1–13.

file:///c:/users/hp/downloads/admin,+1.+alternatif+snack+untuk+ibu+hamil+dan+menyusui++(1-13)-4.pdf.

Salsabila, A. *et al.* (2022) "Pengaruh Penambahan Tepung Daun Katuk Terhadap Kualitas Organoleptik dan Fisik Roti Tawar (Effect of Addition Katuk Flour on Organoleptic and Physical Quality of Bread)," 1(2), pp. 66–79.

Sirajuddin, S. *et al.* (2022) "daya terima cookies daun katuk (sauropus androgynus) sebagai makanan tambahan ibu menyusui acceptance of katuk leaf cookies (sauropus androgynus) as additional food for breastfeeding mothers," 11(1), pp. 47–55.

Siti Khoiriyah Mardiatun1, F.A. (2022) "Penetapan rendemen dan kandungan kimia ekstrak daun katuk (Sauropus androgynus (L .) Merr .) berdasarkan perbedaan metode pengeringan," 3(2).

Siti Safitri Ponelo, Yoyanda Bait, L.A. (2022) "1 =10%," 4. Available at: https://doi.org/10.37905/jjft.v4i2.15663.

Surachman, R., Putra, I.N.K. and Wiadnyani, A.A.I.S. (2022) "Pengaruh Perbandingan Terigu dan Tepung Sukun (Artocarpus altilis) Terhadap Sifat Fisiko-Kimia dan Sensoris Bolu Kukus The Effect Of Wheat Flour and Breadfruit Flour https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/106106101/45555libre.pdf?1696169284=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPengaruh_Perbandingan_Terigu_dan_Tepung.

Syakira, A. (2025) "Pengaruh Subtitusi Tepung Kacang Hijau (Vigna Radiata) Terhadap Kualitas Eclair," 8, pp. 6573–6580. Available at: https://doi.org/10.31004/jrpp.v8i2.48288.

Titis Linangsari, Erna Lestari, Fatimah, H. (2024) "Analisis Kualitas Organoleptik dan Kimia Cookies Mocaf dengan Analysis of Organoleptic and Chemical Quality of Mocaf Cookies," 9(2), pp. 85–94.

Trihaditia, R. (2020) "Uji organoleptik formulasi fortifikasi bekatul dalam pembuatan bubur instan beras pandanwangi," 1(1), pp. 29–50. Available at: https://doi.org/10.35194/prs.v1i1.825.

Trisnawati, A. *et al.* (2025) "Characteristics of putu ayu a combination of wheat flour and soybeans flour (Glycine max) with the addition of katuk

leaves (Sauropus androgynus (L) Merr .),” 2(1), pp. 27–35.

https://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/Agro/article/view/9833.

Vifiyanti, W. (2024) “Daya Terima dan Nilai Gizi Bolu Kukus Substitusi dari Tepung Terigu dan Tepung Kacang Hijau Sangrai,” 3, pp. 223–232. https://doi.org/10.36565/prosiding.v3i1.233.

Winarno, P.S. (2022) “Penggunaan Ampas Kopi sebagai Bahan Tambahan Inovatif dalam Pembuatan Espresso Ice Cream Ditinjau dari Uji Organoleptik,” pp. 1098–1108.

https://doi.org/10.35326/pencerah.v8i4.2792.

Yanti, S. (2019)“Pengaruh penambahan tepung kacang hijau terhadap karakteristik bolu kukus berbahan dasar tepung ubi kayu (Manihot esculenta),” 3(3),pp.1–10. https://media.neliti.com/media/publications/328655-pengaruh-penambahan-tepung-kacang-hijau-15de2bc7.pdf.

Zaen, A.N., Handito, D. and Nofrida2, R. (2024) “Pengaruh Penambahan Tepung Daun Katuk Terhadap Aktivitas Antioksidan dan Sifat Organoleptik Es Krim Kacang Hijau,” 2. Available at: https://journal.unram.ac.id/index.php/edufood/en/article/view/5359/3052.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir Uji Organoleptik

FORM UJI ORGANOLEPTIK

Nama panelis :

Tanggal pengujian :

Instruksi : Berilah penilaian anda terhadap warna, tekstur, rasa, dan aroma Bolu Kukus dengan substitusi Tepung Premix Sukahitu untuk Meningkatkan Produksi ASI pada setiap kode berdasarkan tingkat kesukaan yang anda anggap paling cocok. Pada setiap panelis yang akan mencicipi, minum air putih terlebih dahulu. Nyatakan penilaian anda dengan skala sebagai berikut:

Amat suka	5
Sangat suka	4
Suka	3
Kurang suka	2
Tidak suka	1

No	Kode Bahan	Komponen Yang Dinilai			
		Warna	Tekstur	Rasa	Aroma
1	0,020				
2	0,457				
3	0,508				
4	0,699				
5	0,916				
6	0,922				

Saran :

Lampiran 2. Daftar Hadir Panelis Uji Organolep

DAFTAR HADIR PANELIS

Hari/Tanggal :

NO	NAMA	NIM	TTD
1.	NABILA ARMADANI BR PURBA	P00731124035	
2.	DWA FATHMA WHATA	P00117911240 10	
3.	Annisa Nabaiha Siregar	P01031123030	
4.	PRISCILA CECILIA	P00731124030	
5.	Grace Napitupulu	P00731124015	
6.	Septia Nwi Utari	P01031123035	
7.	Tasbih Sabilillah	P00731124038	
8.	Nazwa Sidyo	P00731124029	
9.	Monica carolina sirigar	P00731124024	
10.	ADINDA NABILA	P00731124001	
11.	Kasih Ramauli Panggabean	P00731124019	
12.	Dora Silalahi	P00731124011	
13.	GEORGE. HARIANJA LUBIS	P00731124014	
14.	Syukra Mirwan	P00731124035	
15.	Eniel Gabryeliang	P01031123105	
16.	Elisabeth Manalu	P01031123104	
17.	Putri Aisyah	P01031123127	
18.	Febrianni saragih	P01031123107	
19.	Ardini Pramudia	P01031123096	
20.	Monica Gumulia	P01031123119	
21.	AZZAHRA NABILA	P01031123090	
22.	IMEL MARSHANDA.S	P01031123019	
23.	BUNGA ELESSYA S	P01031123051	
24.	Rahel Efilia S	P01071127079	
25.	Putri Amaliya zahra	P01031123077	
26.	Nayla Dzatulqarrahmi	P01031123033	
27.	Pretty nagian	P01031123076	
28.	CELVIN JUDEA SIMORANGKIR	P01031123008	
29.	Rian kurniawan	P01031123081	
30.	Cenarti Tanjung	P01031123052	
31.	Sinthani Tumanggor	P01031123087	
32.	Maya Florenta Siburian	P01031123117	
33.	Anggi Mawaddah Sarni	P01031123097	
34.	Alicia zahra	P00731124052	
35.	Alicia Indah sostri br manalu	P00731124091	
36.	Ledis Hutauruk	P00731124111	
37.	Rini Muliyanti	P00731124120	
38.	Ameua Rifai Kasih	P00731124093	
39.	Rosima carina	P00731124122	
40.	Ika Meitalia br S	P00731124105	
41.	Fitri zakiabillah	P00731124106	
42.	Seventia	P00731124129	
43.	Oktavia Darmiah	P00731124119	
44.	Putri Rahmawati	P00731124121	
45.	Aulia Ramadani	P00731124095	
46.	NOVI ELISA NASUTION	P00731124117	
47.	Imelda Simarmata	P00731129060	
48.	Jessica Sirfago Hrego	P00731124061	
49.	Marlinta gulton	P01031123068	
50.	Dina	P01031123052	

Lampiran 3. Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Panelis

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA
MENJADI PANELIS (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Kelas :

Alamat:

Telp/Hp :

Dengan sukarela dan tanpa paksaan menyatakan bersedia ikut berpartisipasi menjadi panelis uji pendahuluan **"Daya Terima Bolu Kukus Dengan Subtitusi Tepung Premix Sukahitu Untuk Meningkatkan Produksi ASI".** Yang dilakukan oleh Monica Sarah C dari Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kemenkes Medan.

Lubuk Pakam, Februari 2026

Mengetahui

Peneliti Panelis

(Monica Sarah C Hutapea) ( )

Lampiran 4. Lembar Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah

Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah

Nama : MONICA SARAH CHINDY HUTAPEA

Nim : P01031123073

Program Studi : DIII Gizi

Judul : Daya Terima Bolu Kukus dengan Variasi Tepung *Premix* Sukahitu untuk Meningkatkan Produksi ASI.

Pembimbing : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T. Tangan Pembimbing
1	19/01/2026	Penyerahan surat permintaan sebagai dosen pembimbing		
2	20/01/2026	Mendiskusikan jurnal yang sudah dicari dengan topik yang akan dilakukan penelitian		
3	22/01/2026	Mengajukan judul dan Bab 1		
4	26/01/2026	Revisi Bab 1		
5	03/02/2026	Revisi Bab 1 dan 2		
6	09/02/2026	Mengajukan Bab 3		
7	23/02/2026	Persiapan uji pendahuluan		
8	24/02/2026	Melakukan uji pendahuluan		
9	02/03/2026	Revisi Bab 3		
10	03/03/2026	Pembuatan PPT dan Pemeriksaan PPT oleh		

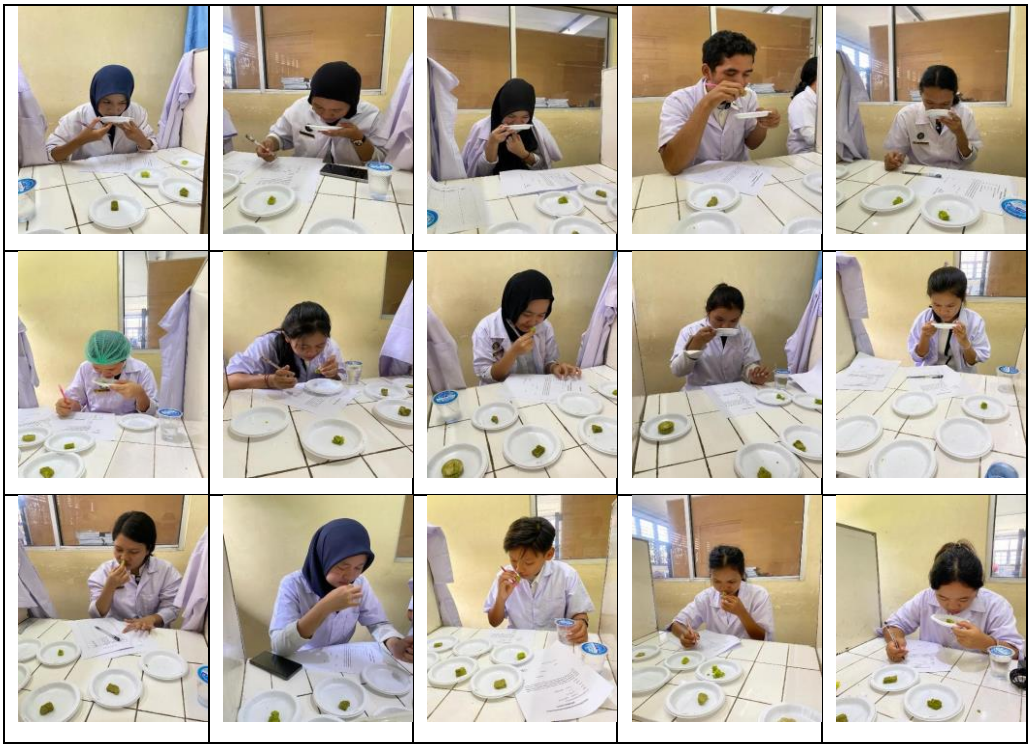
		pembimbing		
11	03/03/2026	Penandatangan surat pernyataan persetujuan usulan KTI oleh pembimbing		
12	10/03/2026	Seminar Proposal KTI		
13	08/04/2026	Revisi Bab I,II,III oleh pembimbing		
14	10/04/2026	Revisi Bab I,II,III oleh penguji 1		
15	15/04/2026	Revisi Bab I,II,III oleh penguji 2		
16	25/05/2026	Melaksanakan penelitian		
17	22/06/2025	Mengajukan Bab IV dan Bab V		
18	30/06/2026	Seminar Hasil		
19	09/09/2026	Revisi Bab I,II,III,IV dan V oleh Penguji 1		
20	23/09/2026	Revisi Bab I,II,III,IV dan V oleh Penguji 2		
21	23/09/2026	Revisi Abstrak oleh Pembimbing		
22	25/09/2026	Stempel Abstrak		
23	09/10/2026	Turnitin		

Lampiran 5. Perencanaan Anggaran Biaya

PERENCANAAN ANGGARAN BIAYA PENELITIAN

No	Kegiatan	Volume	Satuan	Harga	Jumlah
A. Bahan Penelitian					
1	Tepung Terigu	3	Bungkus	9.000	27.000
2	Tepung Daun Katuk	2	Kg	50.000	100.000
3	Tepung Kacang Hijau	3	Kg	50.000	150.000
4	Telur	12	Butir	2.500	30.000
5	Gula	3	Kg	18.000	54.000
6	SP	1	Bungkus	11.000	11.000
7	Sari Pandan	3	Ikat	2.000	6.000
8	Air Soda	1	Botol	7.000	7.000
9	Vanilli	5	Bungkus	2.000	10.000
10	Baking Paper	1	Bungkus	15.000	15.000
11	Cetakan Bolu	6	Bungkus	2.500	15.000
12	Susu Bubuk	5	Bungkus	3.000	15.000
Jumlah Biaya A					**440.000**
B.(ATK)					
1	Print Bukti bimbingan	4	lembar	600	2.400
2	Fotocopy	2	Rangkap	40.000	80.000
3	Prinf form uji organoleptik	5	Rangkap	2.000	10.000
4	Print proposal	3	Rangkap	50.000	150.000
Jumlah Biaya B					**242.400**
C.Bahan Lainnya					
1	Sewa alat laboratorium (Cabinet dryer)	2	kali	40.000	80.000
2	Sewa alat laboratorium (Timbangan Digital)	2	kali	20.000	40.000
3	Sewa Lab selama penelitian	1	kali	200.000	200.000
Jumlah Biaya C					320.000
Total					1.002.400

Lampiran 6. Dokumentasi Uji Organoleptik



Lampiran 7. Dokumentasi Bahan-bahan Bolu Kukus Dengan substitusi Tepung Daun Katuk Dan Kacang Hijau

	Perlakuan A Tepung Terigu 50g + Tepung Daun Katuk 1 gr + Tepung Kacang Hijau 49 gr
	Perlakuan B Tepung Terigu 50g + Tepung Daun Katuk 3 gr + Tepung Kacang Hijau 47 gr
	Perlakuan C Tepung Terigu 50g + Tepung Daun Katuk 5 gr + Tepung Kacang Hijau 45 gr

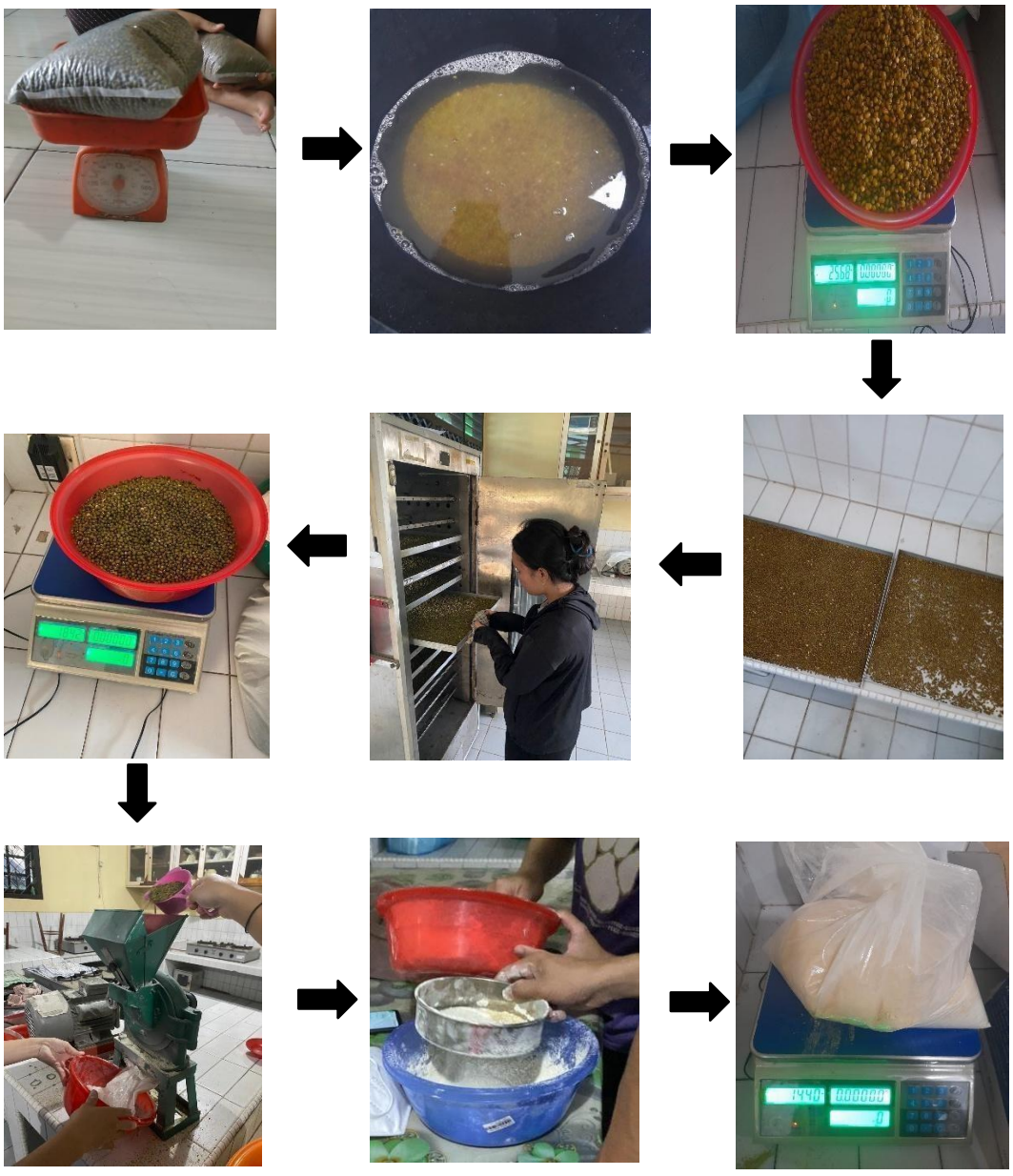
Lampiran 8. Dokumentasi Pembuatan Bolu Kukus Dengan substitusi Tepung Premix Sukahitu.



Lampiran 9. Dokumentasi Pembuatan Tepung Kacang Hijau Dan Daun Katuk



Lampiran 10. Dokumentasi Pembuatan Tepung Kacang Hijau



Lampiran 11. Rendaman Tepung Kacang Hijau dan Daun Katuk

RENDEMEN TEPUNG DAUN KATUK				
Berat Buah (gr)	**Setelah Disortir (gr)**	**Setelah kering (gr)**	**Berat akhir (setelah Menjadi tepung)(gr)**	**%**
3620	357,6	42	39,9	11,16%

$$\text{Rendeman\%} = \frac{berat\ akhir}{berat\ awal} \times 100$$

$$\text{Rendeman\%} = \frac{39,9}{357,6} \times 100$$

$$\text{Rendeman\%} = 11,15$$

Rendemen tepung daun katuk sebesar 11,6% menunjukkan bahwa setiap 1 gram tepung daun katuk diperoleh dari sekitar 8,62 gram daun katuk segar.

RENDEMEN TEPUNG KACANG HIJAU				
Berat Awal (gr)	**Setelah Direndam (gr)**	**Setelah kering (gr)**	**Berat akhir (setelah Menjadi tepung)(gr)**	**%**
2000	2568	1842	1440	72%

$$\text{Rendeman\%} = \frac{berat\ akhir}{berat\ awal} \times 100$$

$$\text{Rendeman\%} = \frac{1440}{2000} \times 100$$

$$\text{Rendeman\%} = 72$$

Rendemen tepung kacang hijau sebesar 72% menunjukkan bahwa setiap 1 gram tepung kacang hijau berasal dari sekitar 1,39 gram kacang hijau mentah.

Lampiran 12. Nilai Gizi Standar Resep Bolu Kukus

HASIL PERHITUNGAN NILAI GIZI
Standar Resep Bolu Kukus

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
tepung terigu	100 g	364.0 kcal	76.3 g
telur ayam	110 g	170.6 kcal	1.2 g
gula pasir	100 g	387.0 kcal	99.9 g
tepung susu sgm 2	50 g	232.0 kcal	25.8 g

Meal analysis: energy 1153.5 kcal (100 %), carbohydrate 203.2 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis persentase nilai pemenuhan		rekomendasi nilai/hari
energy	1153.5 kcal	1900.0 kcal	61 %
water	0.0 g 2700.0 g	0 %	
protein	35.0 g(12%)	48.0 g(12 %)	73 %
fat	22.2 g(17%)	77.0 g(< 30 %)	29 %
carbohydr.	203.2 g(71%)	351.0 g(> 55 %)	58 %
dietary fiber	2.7 g 30.0 g	9 %	
alcohol	0.0 g-	-	
PUFA	2.1 g 10.0 g	21 %	
cholesterol	478.9 mg	-	-
Vit. A	419.0 µg	800.0 µg	52 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.3 mg	1.0 mg	33 %
Vit. B2	0.9 mg	1.2 mg	77 %
Vit. B6	0.3 mg	1.2 mg	27 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	18.5 mg	100.0 mg	19 %
sodium	299.4 mg	2000.0 mg	15 %
potassium	732.6 mg	3500.0 mg	21 %
calcium	456.0 mg	1000.0 mg	46 %
magnesium	68.0 mg	310.0 mg	22 %
phosphorus	599.2 mg	700.0 mg	86 %
iron	6.6 mg	15.0 mg	44 %
zinc	3.7 mg	7.0 mg	52 %

Lampiran 13.Nilai Gizi Bolu Kukus Dengan substitusi Tepung Daun Katuk Dan Kacang Hijau

==========

HASIL PERHITUNGAN NILAI GIZI PERLAKUAN A
Tepung Terigu 50g+Tepung Kacang Hijau 49g + Tepung Daun Katuk 1g

==========

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
tepung terigu	50 g	182.0 kcal	38.2 g
tepung daun katuk	1 g	1.3 kcal	0.3 g
tepung kacang hijau	49 g	140.1 kcal	26.7 g
telur ayam	110 g	170.6 kcal	1.2 g
gula pasir	50 g	193.5 kcal	50.0 g
tepung susu sgm 2	25 g	116.0 kcal	12.9 g

Meal analysis: energy 803.5 kcal (100 %), carbohydrate 129.2 g (100 %)

==========

HASIL PERHITUNGAN

==========

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	803.5 kcal	1900.0 kcal	42 %
water	0.1 g	2700.0 g	0 %
protein	40.1 g(18%)	48.0 g(12 %)	84 %
fat	24.2 g(24%)	77.0 g(< 30 %)	31 %
carbohydr.	129.2 g(58%)	351.0 g(> 55 %)	37 %
dietary fiber	1.4 g	30.0 g	5 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	1.8 g	10.0 g	18 %
cholesterol	472.6 mg	-	-
Vit. A	314.0 µg	800.0 µg	39 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	20 %
Vit. B2	0.7 mg	1.2 mg	62 %
Vit. B6	0.2 mg	1.2 mg	19 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	9.3 mg	100.0 mg	9 %
sodium	217.9 mg	2000.0 mg	11 %
potassium	435.6 mg	3500.0 mg	12 %
calcium	255.5 mg	1000.0 mg	26 %
magnesium	39.5 mg	310.0 mg	13 %
phosphorus	394.2 mg	700.0 mg	56 %
iron	4.0 mg	15.0 mg	26 %
zinc	2.4 mg	7.0 mg	35 %

HASIL PERHITUNGAN NILAI GIZI PERLAKUAN B
Tepung Terigu 50g + Tepung Kacang Hijau 47g + Tepung Daun Katuk 3g

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
tepung terigu	50 g	182.0 kcal	38.2 g
tepung daun katuk	3 g	4.0 kcal	0.9 g
tepung kacang hijau	47 g	134.3 kcal	25.6 g
telur ayam	110 g	170.6 kcal	1.2 g
gula pasir	50 g	193.5 kcal	50.0 g
tepung susu sgm 2	25 g	116.0 kcal	12.9 g

Meal analysis: energy 800.5 kcal (100 %), carbohydrate 128.7 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	800.5 kcal	1900.0 kcal	42 %
water	0.4 g	2700.0 g	0 %
protein	39.9 g(18%)	48.0 g(12 %)	83 %
fat	24.4 g(24%)	77.0 g(< 30 %)	32 %
carbohydr.	128.7 g(58%)	351.0 g(> 55 %)	37 %
dietary fiber	1.4 g	30.0 g	5 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	1.8 g	10.0 g	18 %
cholesterol	472.6 mg	-	-
Vit. A	314.0 µg	800.0 µg	39 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	20 %
Vit. B2	0.7 mg	1.2 mg	62 %
Vit. B6	0.2 mg	1.2 mg	19 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	9.3 mg	100.0 mg	9 %
sodium	217.9 mg	2000.0 mg	11 %
potassium	435.6 mg	3500.0 mg	12 %
calcium	255.5 mg	1000.0 mg	26 %
magnesium	39.5 mg	310.0 mg	13 %
phosphorus	394.2 mg	700.0 mg	56 %
iron	4.0 mg	15.0 mg	26 %
zinc	2.4 mg	7.0 mg	35 %

HASIL PERHITUNGAN NILAI GIZI PERLAKUAN C
Tepung Terigu 50g + Tepung Kacang Hijau 45g + Tepung Daun Katuk 5g

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
tepung terigu	50 g	182.0 kcal	38.2 g
tepung daun katuk	5 g	6.7 kcal	1.5 g
tepung kacang hijau	45 g	128.6 kcal	24.5 g
telur ayam	110 g	170.6 kcal	1.2 g
gula pasir	50 g	193.5 kcal	50.0 g
tepung susu sgm 2	25 g	116.0 kcal	12.9 g

Meal analysis: energy 797.4 kcal (100 %), carbohydrate 128.2 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	797.4 kcal	1900.0 kcal	42 %
water	0.6 g	2700.0 g	0 %
protein	39.8 g(18%)	48.0 g(12 %)	83 %
fat	24.7 g(24%)	77.0 g(< 30 %)	32 %
carbohydr.	128.2 g(58%)	351.0 g(> 55 %)	37 %
dietary fiber	1.4 g	30.0 g	5 %
alcohol	0.0 g	-	-
PUFA	1.8 g	10.0 g	18 %
cholesterol	472.6 mg	-	-
Vit. A	314.0 µg	800.0 µg	39 %
carotene	0.0 mg	-	-
Vit. E	0.0 mg	-	-
Vit. B1	0.2 mg	1.0 mg	20 %
Vit. B2	0.7 mg	1.2 mg	62 %
Vit. B6	0.2 mg	1.2 mg	19 %
folic acid eq.	0.0 µg	-	-
Vit. C	9.3 mg	100.0 mg	9 %
sodium	217.9 mg	2000.0 mg	11 %
potassium	435.6 mg	3500.0 mg	12 %
calcium	255.5 mg	1000.0 mg	26 %
magnesium	39.5 mg	310.0 mg	13 %
phosphorus	394.2 mg	700.0 mg	56 %
iron	4.0 mg	15.0 mg	26 %
zinc	2.4 mg	7.0 mg	35 %

Lampiran 14.Rekapitulasi Rata-Rata Skor Kesukaan Panelis Berdasarkan Warna

RATA -RATA REKAPITULASI BERDASARKAN WARNA									
Panelis	**A1**	**A2**	**A**	**B1**	**B2**	**B**	**C1**	**C2**	**C**
1	5	5	5	3	4	3,5	4	3	3,5
2	4	3	3,5	4	3	3,5	3	3	3
3	5	4	4,5	4	3	3,5	4	3	3,5
4	3	3	3	4	3	3,5	3	4	3,5
5	4	4	4	3	3	3	3	3	3
6	5	5	5	4	3	3,5	4	4	4
7	5	5	5	5	4	4,5	4	4	4
8	5	5	5	4	4	4	4	3	3,5
9	5	5	5	3	4	3,5	4	3	3,5
10	4	5	4,5	3	3	3	3	3	3
11	4	5	4,5	3	4	3,5	3	3	3
12	5	5	5	4	5	4,5	3	3	3
13	3	4	3,5	3	4	3,5	4	4	4
14	4	3	3,5	4	3	3,5	4	4	4
15	5	5	5	3	5	4	5	3	4
16	3	4	3,5	3	5	4	2	2	2
17	3	3	3	2	5	3,5	2	2	2
18	3	4	3,5	3	4	3,5	4	3	3,5
19	3	2	2,5	3	5	4	3	2	3,5
20	4	3	3,5	2	5	3,5	4	2	3
21	4	3	3,5	3	4	3,5	3	3	3
22	2	2	2	2	4	3	2	2	2
23	3	3	3	3	5	4	3	4	3,5
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3
25	4	3	3,5	3	5	4	4	3	3,5
26	4	3	3,5	3	5	4	4	4	4
27	3	3	3	3	4	3,5	4	3	3,5
28	3	3	3	3	4	3,5	3	3	3
29	3	4	3,5	3	4	3,5	4	4	4
30	4	3	3,5	5	5	5	4	4	4
31	4	4	4	4	5	4,5	4	4	4
32	3	4	3,5	3	5	4	4	3	3,5
33	5	4	4,5	4	5	4,5	4	4	4
34	3	3	3	3	5	4	3	4	3,5
35	3	4	3,5	3	4	3,5	4	4	4

36	3	3	3	2	4	3	2	3	2,5
37	3	3	3	3	4	3,5	3	4	3,5
38	4	1	2,5	4	5	4,5	4	2	3
39	5	4	4,5	5	5	5	5	4	4,5
40	5	4	4,5	5	5	5	5	4	4,5
41	5	5	5	3	5	4	2	3	2,5
42	4	4	4	4	5	4,5	3	5	4
43	3	3	3	2	5	3,5	4	3	3,5
44	5	5	5	3	5	4	3	3	3
45	3	3	3	5	5	5	3	4	3,5
46	3	2	2,5	2	5	3,5	3	3	3
47	3	2	2,5	4	5	4,5	3	3	3
48	4	5	4,5	5	5	5	4	5	4,5
49	5	5	5	5	5	5	5	5	5
50	5	5	5	3	4	3,5	3	3	3
Rata Rata	3,86	3,7	3,78	3,4	4,36	3,88	3,5	3,34	3,44
Jumlah	193	185	189	170	218	194	175	167	172

Lampiran 15.Rekapitulasi Rata-Rata Skor Kesukaan Panelis Berdasarkan Tekstur

Rekapitulasi Rata-Rata Skor Kesukaan Panelis Berdasarkan Tekstur									
Panelis	**A1**	**A2**	**A**	**B1**	**B2**	**B**	**C1**	**C2**	**C**
1	3	4	3,5	3	4	3,5	3	3	3
2	3	3	3	3	4	3,5	3	4	3,5
3	4	4	4	3	2	2,5	3	3	3
4	3	3	3	3	3	3	3	4	3,5
5	3	4	3,5	3	3	3	3	3	3
6	3	3	3	3	4	3,5	3	3	3
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	4	5	4,5	3	4	3,5	4	3	3,5
9	4	4	4	3	3	3	3	3	3
10	4	4	4	3	3	3	3	3	3
11	4	4	4	4	3	4,5	3	4	3,5
12	3	4	3,5	3	4	3,5	3	3	3
13	4	3	3,5	4	3	3,5	3	4	3,5
14	3	3	3	3	4	3,5	4	4	4
15	5	5	5	3	5	4	5	3	4
16	4	3	3,5	4	5	4,5	4	3	3,5
17	4	3	3,5	3	5	4	3	3	3
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	3	3	3	3	4	3,5	2	3	2,5
20	3	2	2,5	3	5	4	2	2	2
21	4	4	4	4	3	3,5	4	3	3,5
22	2	2	2	2	4	3	2	2	2
23	3	2	2,5	3	4	3,5	3	3	3
24	3	3	3	3	4	3,5	3	3	3
25	4	3	3,5	3	5	4	3	4	3,5
26	3	2	2,5	4	5	4,5	3	3	3
27	3	4	3,5	4	5	4,5	4	4	4
28	4	3	3,5	3	3	3	2	4	4
29	4	4	4	3	5	4	4	4	4
30	4	4	4	4	5	4,5	4	4	4
31	3	4	3,5	3	5	4	3	5	4
32	3	3	3	3	4	3,5	3	4	3,5
33	5	4	4,5	3	5	4	4	4	4
34	4	3	3,5	3	5	4	3	4	3,5

35	3	3	3	2	5	3,5	3	4	3,5
36	3	4	3,5	3	5	4	2	4	3
37	4	3	3,5	4	5	4,5	4	3	3,5
38	2	3	2,5	2	4	3	3	4	3,5
39	5	4	4,5	5	5	5	3	4	3,5
40	5	4	4,5	5	5	5	3	4	3,5
41	5	5	5	3	5	4	2	3	2,5
42	5	4	4,5	5	5	5	3	5	4
43	4	3	3,5	3	5	4	3	3	3
44	5	5	5	4	4	4	4	3	3,5
45	3	4	3,5	3	5	4	4	3	3,5
46	4	3	3,5	3	5	4	3	2	2,5
47	4	3	3,5	5	5	5	3	2	2,5
48	4	4	4	4	5	4,5	3	4	3,5
49	5	4	4,5	4	5	4,5	5	4	4,5
50	4	3	3,5	3	5	4	4	4	4
Rata Rata	3,7	3,5	3,6	3,34	4,3	3,84	3,22	3,44	3,35
Jumlah	185	175	180	167	215	192	161	172	167,5

Lampiran 16.Rekapitulasi Rata-Rata Skor Kesukaan Panelis Berdasarkan Rasa

Rekapitulasi Rata-Rata Skor Kesukaan Panelis Berdasarkan Rasa									
Panelis	**A1**	**A2**	**A**	**B1**	**B2**	**B**	**C1**	**C2**	**C**
1	4	4	4	3	4	3,5	3	3	3
2	3	4	3,5	3	3	3	4	3	3,5
3	4	3	3,5	3	2	2,5	3	3	3
4	3	3	3	4	3	3,5	3	3	3
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	4	4	4	3	3	3	3	4	3,5
7	5	5	5	4	4	4	4	4	4
8	4	4	4	3	4	3,5	4	3	3,5
9	4	4	4	3	3	3	3	3	3
10	4	4	4	3	3	5	4	3	3,5
11	5	5	5	3	4	3,5	3	3	3
12	3	5	4	3	3	3	3	3	3
13	3	3	3	3	3	3	3	4	3,5
14	3	4	3,5	4	3	3,5	4	4	4
15	4	4	4	3	5	4	5	3	4
16	4	4	4	4	5	4,5	4	2	3
17	2	3	2,5	3	4	3,5	3	3	3
18	3	4	3,5	3	3	3	4	4	4
19	3	2	2,5	2	4	5	3	1	2
20	3	3	3	3	5	4	3	2	2,5
21	5	5	5	3	3	3	3	3	3
22	2	2	2	2	4	3	2	2	2
23	4	3	3,5	3	5	4	3	3	3
24	3	3	3	3	4	3,5	3	3	3
25	4	3	3	3	5	4	3	3	3
26	3	4	3,5	4	5	4,5	2	3	2,5
27	3	3	3	3	4	3,5	4	4	4
28	2	2	2	2	3	2,5	2	2	2
29	4	4	4	4	5	4,5	4	3	3,5
30	3	4	3,5	4	5	4,5	3	4	3,5
31	5	5	5	3	5	4	5	4	4,5
32	4	3	3,5	4	4	4	3	5	4
33	3	3	3	4	5	4,5	4	3	3,5
34	5	4	4,5	5	5	5	4	3	3,5

35	3	4	3,5	2	5	3,5	4	2	3
36	2	2	2	2	5	3,5	2	1	1,5
37	3	3	3	3	5	4	4	4	4
38	2	1	1,5	1	5	3	3	2	3
39	5	4	4,5	4	5	4,5	4	3	3,5
40	5	4	4,5	4	5	4,5	4	3	3,5
41	5	5	5	4	5	4,5	2	3	2,5
42	3	3	3	4	5	4,5	3	4	3,5
43	2	4	3	2	5	3,5	2	4	3
44	3	3	3	4	4	4	5	4	4,5
45	2	2	2	2	5	3,5	3	2	2,5
46	4	3	3,5	4	5	4,5	3	4	3,5
47	3	4	3,5	4	4	4,5	3	3	3
48	4	3	3,5	4	5	4,5	4	4	4
49	4	4	4	4	5	4,5	4	4	4
50	4	4	4	4	5	4,5	3	3	3
Rata Rata	3,5	3,52	3,5	3,24	4,22	3,8	3,34	3,12	3,24
Jumlah	175	176	175	162	211	191	167	156	162

Lampiran 17.Rekapitulasi Rata-Rata Skor Kesukaan Panelis Berdasarkan Aroma

Rekapitulasi Rata-Rata Skor Kesukaan Panelis Berdasarkan Aroma									
Panelis	**A1**	**A2**	**A**	**B1**	**B2**	**B**	**C1**	**C2**	**C**
1	4	4	4	3	4	3,5	3	3	3
2	3	3	3	3	4	3,5	3	3	3
3	4	3	3,5	3	3	3	3	3	3
4	3	4	3,5	3	3	3	3	3	3
5	3	3	4	3	3	3	3	3	3
6	3	4	3,5	4	3	3,5	3	3	3
7	4	3	3,5	3	3	3	3	3	3
8	4	4	4	4	5	4,5	4	4	4
9	4	4	4	3	3	3	3	3	3
10	5	4	4,5	3	3	4	3	3	3
11	5	5	5	3	3	3	3	3	3
12	5	5	5	3	2	2,5	4	4	4
13	4	3	3,5	3	3	3	3	4	3,5
14	4	3	3,5	3	4	3,5	3	4	3,5
15	3	3	3	3	5	4	5	3	4
16	4	4	4	4	5	4,5	4	2	3
17	4	3	3,5	3	4	3,5	3	3	3
18	4	3	3,5	4	4	4	3	4	3,5
19	2	2	2	3	5	4	1	3	2
20	3	3	3	3	5	4	3	2	2,5
21	4	3	3	4	4	4	3	3	3
22	2	1	1,5	1	4	2,5	1	1	1
23	3	3	3	3	4	3,5	3	4	3,5
24	3	3	3	5	4	4,5	3	3	3
25	4	4	4	4	5	4,5	4	4	4
26	3	3	3	3	5	4	4	2	3
27	3	3	3	4	5	4,5	4	4	4
28	1	3	2	3	4	3,5	3	2	2,5
29	4	4	4	4	4	4	4	3	3,5
30	3	4	3,5	4	5	4,5	5	4	4,5
31	4	3	3,5	4	5	4,5	4	3	3,5
32	3	4	3,5	3	5	5	3	4	3,5
33	4	4	4	4	5	4,5	3	3	3
34	3	3	3	4	5	4,5	3	3	3
35	4	3	3,5	4	4	4	3	3	3

36	3	2	2,5	2	4	3	3	2	2,5
37	4	3	3,5	3	5	4	3	3	3
38	2	1	1,5	1	5	3	2	3	2,5
39	5	4	4,5	4	5	4,5	4	4	4
40	5	4	4,5	4	5	4,5	4	4	4
41	5	5	5	4	5	4,5	2	3	2,5
42	3	4	3,5	3	5	4	2	4	3
43	2	3	2,5	3	5	4	4	4	4
44	3	3	3	3	4	3,5	4	3	3,5
45	2	3	2,5	2	5	3,5	5	2	3,5
46	2	2	2	2	5	3,5	3	3	3
47	3	3	3	5	5	5	3	3	3
48	5	4	4,5	5	4	4,5	5	5	5
49	5	5	5	4	5	4,5	5	5	5
50	3	3	3	4	5	4,5	3	3	3
Rata Rata	3,5	3,34	3,43	3,34	4,28	3,85	3,3	3,2	3,25
Jumlah	175	167	171,5	167	214	192,5	165	160	162,5

Lampiran 18. Etical Clearance

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.4051/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : monica sarah chindy hutapea
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Daya Terima Bolu Kukus dengan subtitusi variasi tepung premix sukahitu untuk meningkatkan produksi ASI"

"Acceptability of Steamed Sponge Cake with Sukahitu Premix Flour Variation Substitution to Increase Breast Milk Production"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

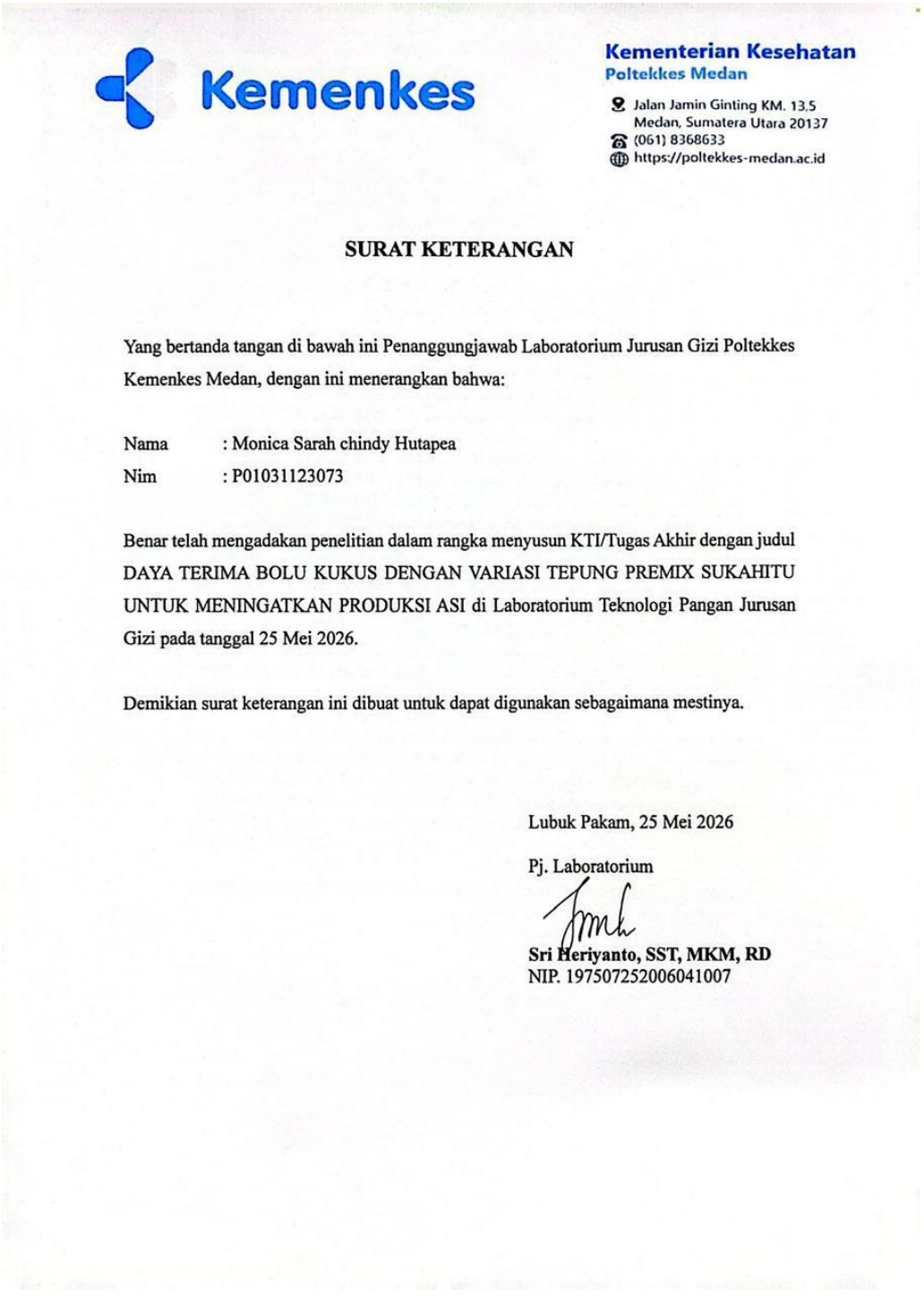
Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 08 Oktober 2026 sampai dengan tanggal 08 Oktober 2027.

This declaration of ethics applies during the period October 08, 2026 until October 08, 2027.

October 08, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 19. Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini Penanggungjawab Laboratorium Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Monica Sarah chindy Hutapea
Nim : P01031123073

Benar telah mengadakan penelitian dalam rangka menyusun KTI/Tugas Akhir dengan judul DAYA TERIMA BOLU KUKUS DENGAN VARIASI TEPUNG PREMIX SUKAHITU UNTUK MENINGATKAN PRODUKSI ASI di Laboratorium Teknologi Pangan Jurusan Gizi pada tanggal 25 Mei 2026.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Lubuk Pakam, 25 Mei 2026

Pj. Laboratorium

Sri Heriyanto, SST, MKM, RD
NIP. 197507252006041007

Lampiran 20. Data Hasil SPSS Berdasarkan Warna

ANOVA

Nilai Rata-rata warna

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	5.320	2	2.660	5.201	.007
Within Groups	75.180	147	.511		
Total	80.500	149			

Nilai Warna

Duncan[a]

		Subset for alpha = 0.05	
perlakuan	N	1	2
C	50	3.4400	
A	50		3.7800
B	50		3.8800
Sig.		1.000	.486

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 50.000.

Lampiran 21. Data Hasil SPSS Berdasarkan Tekstur

ANOVA

Nilai Rata-rata Tekstur

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	6.003	2	3.002	7.901	.001
Within Groups	55.845	147	.380		
Total	61.848	149			

Nilai Tekstur

		Subset for alpha = 0.05	
perlakuan	N	1	2
C	50	3.3500	
A	50		3.6000
B	50		3.8400
Sig.		1.000	.053

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 50.000.

Lampiran 22. Data Hasil SPSS Berdasarkan Rasa

ANOVA

Nilai Rata-rata Rasa

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	8.440	2	4.220	8.004	.001
Within Groups	77.500	147	.527		
Total	85.940	149			

Nilai Rasa

Duncan[a]

		Subset for alpha = 0.05	
perlakuan	N	1	2
C	50	3.2400	
A	50	3.5000	
B	50		3.8200
Sig.		.075	1.000

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 50.000.

Lampiran 23. Data Hasil SPSS Berdasarkan Aroma

ANOVA

Nilai Rata-rata Aroma

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	9.480	2	4.740	8.737	.000
Within Groups	79.755	147	.543		
Total	89.235	149			

Nilai Aroma

Duncan[a]

		Subset for alpha = 0.05	
perlakuan	N	1	2
C	50	3.2500	
A	50	3.4300	
B	50		3.8500
Sig.		.224	1.000

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 50.000.

.