

LAPORAN TUGAS AKHIR

UJI ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN ZAT GIZI *SOFT COOKIES* UBI JALAR UNGU DENGAN PENAMBAHAN SELAI KACANG TANAH SEBAGAI PANGAN FUNGSIONAL PENDUKUNG KESEHATAN PARU



DISUSUN

YEDIDA MARIA PIT'AY

PO.5303241231308

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI D3 GIZI
ANGKATAN XVIII
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

**UJI ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN ZAT GIZI *SOFT*
COOKIES UBI JALAR UNGU DENGAN PENAMBAHAN
SELAI KACANG TANAH SEBAGAI PANGAN FUNGSIONAL
PENDUKUNG KESEHATAN PARU**

DISUSUN

YEDIDA MARIA PIT'AY

PO5303241231308

Telah disetujui untuk diujikan

Pembimbing



Dr. Indhira Shagti, SST.,M.Gizi

NIP. 197912082008012007

Mengetahui
Ketua Prodi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Louisa Sine, S.TP, M.Kes

NIP.198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

UJI ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN ZAT GIZI *SOFT COOKIES* UBI JALAR UNGU DENGAN PENAMBAHAN SELAI KACANG TANAH SEBAGAI PANGAN FUNGSIONAL PENDUKUNG KESEHATAN PARU

DISUSUN

YEDIDA MARIA PIT'AY

PO.5303241231308

Telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji

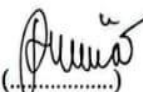
Pada Tanggal 2026

Penguji I Maria F.Vinsensia D.P. Kewa Niron SST.,M.Kes

NIP: 198904052020122002

Penguji II Dr. Indhira Shagti, SST.,M.Gizi

NIP: 197912082008012007

()

()

Mengetahui
Ketua Prodi Gizi
Poltekkes/Kemenkes Kupang




Juni Gressilda Lotisa Sine, S.TP, M.Kes

NIP.198006012009122001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah Ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar

Nama : Yedida Maria Pit'ay

NIM : PO5303241231308

Tanda Tangan :



Tanggal : 04 Juni 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Saya sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Kupang, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yedida Maria Pit'ay
NIM : PO5303241231308
Program Studi : D3 Gizi
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul Uji Organoleptik Dan Kandungan Zat Gizi *Soft Cookie* Ubi Jalar Ungu Dengan Penambahan Selai Kacang Tanah Sebagai Pangan Fungsional Pendukung Kesehatan Paru.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Kupang 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 pemilih Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Kota Kupang

Pada Tanggal : 31 Juli 2026

Yang menandatangani



Yedida Maria Pit'ay

SURAT PERYATAAN

Yang bertanda tangan dibawa ini :

Nama : Yedida Maria Pit'ay

Nim : PO5303241231308

Prodi : Gizi

Angkatan : XVIII

Jenjang : Diploma

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Laporan Tugas Akhir saya yang berjudul

UJI ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN ZAT GIZI TEPUNG UBI JALAR
UNGU DENGAN PENAMBAHAN SELAI KACANG TANAH SEBAGAI
PANGAN FUNGSIONAL PENDUKUNG KESEHATAN PARU

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kupang 4 juni 2026



Yedida Maria Pit'ay

NIM.PO5303241231308

BIODATA PENULIS



Nama : Yedida Maria Pit'ay

TTL : Soe, 18-02-2005

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Kristen Protestan

Alamat : Kec, Kota Soe. Kab, Timor Tengah Selatan. Prov NTT

Riwayat pendidikan :
1. SD IMPRES OENASI (2016-2018)
2. SMPN 3 SOE 2018-2020)
3. SMA EFATA SOE (2020-2023)

MOTTO

**“STRUGGLE TODAY EMERGE A WINNER TOMORROW. SUCCESS
AWAITS BEYOND EVERY HARDSHIP”**

**“SERAHKANLAH SEGALA PERBUATANMU KEPADA TUHAN, MAKA
TERLAKSANALAH SEGALA RENCANAMU”**

(AMSAL 16:3)

UJI ORGANOLEPTIK DAN KANDUNGAN ZAT GIZI TEPUNG UBI JALAR UNGU DENGAN PENAMBAHAN SELAI KACANG TANAH SEBAGAI PANGAN FUNGSIONAL PENDUKUNG KESEHATAN PARU

Yedida Maria Pit'ay

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang , Indonesia

Corresponding Author Email : yedidapitay@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) adalah kondisi paru yang berlangsung lama yang ditandai dengan hambatan aliran udara yang terus-menerus yang disebabkan oleh peradangan yang berlangsung lama disaluran napas (Ciptaningrum, dkk., 2022). pengembangan makanan fungsional yang berbasis lokal adalah salah satu cara untuk membantu memenuhi kebutuhan gizi penderita. sementara ubi jalar ungu mengandung antosianin sebagai antioksidan (Budyghifari, dkk., 2022), selai kacang tanah adalah sumber protein dan lemak yang dapat meningkatkan nilai gizi produk (Ambarwati, 2023). tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui daya terima dan kandungan zat gizi *soft cookies* yang dibuat dengan tepung ubi jalar ungu dengan penambahan selai kacang tanah. dalam penelitian ini, rancangan acak lengkap (RAL) digunakan dengan empat perlakuan: P0 (kontrol), (60% : 25%), P2 (70% : 15%), dan P3 (80% : 5%). Uji organoleptik dilakukan terhadap 30 panelis semi terlatih menggunakan uji hedonik untuk menilai warna, aroma, tekstur, dan rasa. Uji Shapiro–Wilk, Kruskal–Wallis, dan Mann–Whitney digunakan untuk menganalisis data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa parameter warna menunjukkan perbedaan yang signifikan ($P=0,003$), sedangkan parameter aroma ($P=0,185$), tekstur ($P=0,089$), dan rasa tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Dengan 194,4 kkal energi, 5,6 gram protein, 12 gram lemak, dan 16 gram karbohidrat per keping, diberikan 2 keping untuk memenuhi 10% dari kebutuhan selingan. Formulasi P1 direkomendasikan bukan karena memiliki nilai organoleptik tertinggi pada semua parameter, tetapi memberikan keseimbangan antara daya terima panelis dan kandungan zat gizi yang paling sesuai dengan prinsip diet PPOK.

Kata Kunci : *Soft cookies*, ubi jalar ungu , uji organoleptik , kandungan zat gizi , PPOK

KATA PENGANTAR

Puji syukur Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “uji organoleptik dan kandungan zat gizi *soft cookies* ubi jalar ungu dengan penambahan selai kacang tanah sebagai pangan fungsional pendukung kesehatan paru” Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada.

1. Maria Hilaria, S.Si, S. Farm, Apt, M.Kes. selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Prodi Gizi.
2. Juni Gressilda L Sine, STP, M.Kes. selaku Ketua Prodi Gizi Kemenkes Poltekkes Kupang
3. Dr. Indhira Shagti, SST.,M.Gizi, selaku pembimbing dan penguji II yang telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi sehingga laporan tugas akhir ini dapat terwujud.
4. Maria F. Vinsensia D. P. Kewa Niron, SST.,M. Kes. selaku penguji I yang telah memberikan arahan bimbingan dan motivasi sehingga laporan tugas akhir ini dapat terwujud.
5. Seluruh staf dosen dan staf administrasi Prodi Gizi yang telah memberikan bantuan moral bagi penulis, baik dalam proses pendidikan maupun dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
6. Teristimewa dari lubuk hati yang paling dalam, penulis menghaturkan terima kasih kepada keluarga tercinta atas segala doa dan pengorbananya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis tetap mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi perbaikan karya tulis ini. Semoga proposal ini bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan terkhusus bagi penulis

Kupang, Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI	v
SURAT PERNYATAAN	vi
BIODATA PENULIS.....	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Gangguan Kesehatan Paru	9
B. Ubi Jalar Ungu (<i>Ipomoea batatas L.</i>)	13
C. Kacang Tanah (<i>Arachis hypogaea L.</i>)	16
D. <i>Soft Cookies</i>	18
E. Uji Organoleptik	20
F. Kerangka Konsep.....	21
G. Variabel Penelitian.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Waktu dan Tempat Penelitian	23
C. Kriteria Panelis.....	23
D. Alat dan Bahan.....	24
E. Prosedur kerja.....	25
F. Rendemen.....	30
G. Analisa data.....	30
BAB VI HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Hasil Uji Daya Terima.....	31
B. Hasil Konversi.....	38
C. Hasil Uji Normalitas	38
D. Hasil Uji Kruskal- Wallis	39
E. Hasil Uji Lanjut Mann- Whitney	40
F. Nilai Gizi <i>Soft Cookies</i>	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50

A. Kesimpulan.....	50
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	5
Tabel 2. Nilai Gizi Ubi Jalar Ungu per 100 Gram	15
Tabel 3. Nilai Gizi Kacang Tanah per 100 Gram.....	18
Tabel 4. Formula Original Pembuatan <i>Soft Cookies</i>	19
Tabel 5. Alat Dalam Pembuatan <i>soft cookies</i>	24
Tabel 6. Bahan Pembuatan <i>Soft Cookies</i>	25
Tabel 7. Rata-Rata Hasil Uji Daya Terima.....	31
Tabel 8. Konverensi Tepung Ubi Jalar Ungu Dan Selai Kacang Tanah	38
Tabel 9. Uji Normalitas.....	38
Tabel 10. Uji Kruskal Wallis.....	39
Tabel 11. Uji lanjut mann whitney	40
Tabel 12. Nilai Gizi Per Resep	41
Tabel 13. Nilai Gizi Per <i>Soft Cookies</i>	43
Tabel 14. Data AKG disesuaikan dengan kelompok usia dewasa	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ubi Jalar Ungu	13
Gambar 2. Kacang Tanah	16
Gambar 3. Kerangka Konsep.....	21
Gambar 4. Diagram Alir Pembuatan Tepung ubi jalar ungu.....	25
Gambar 5. Diagram Alir Pembuatan Selai Kacang Tanah	26
Gambar 6. Proses Pengujian organoleptik/daya terima <i>soft cookies</i>	29
Gambar 7. aspek penilaian warna.....	32
Gambar 8. Produk <i>soft cookies</i> hasil penelitian.....	33
Gambar 9. Aspek Penilaian Aroma.....	34
Gambar 10. Aspek Penilaian Tekstur.....	35
Gambar 11. Aspek Penilaian Rasa	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Formulir Kesiediaan Menjadi Panelis.....	57
Lampiran 2. Formulir Penilaian Organoleptik	58
Lampiran 3. Output Hasil Analisis Data	59
Lampiran 4. Dokumentasi penelitian	63
Lampiran 5. Hasil Perhitungan TKPI.....	67
Lampiran 6. Master Tabel.....	68
Lampiran 7. Surat keterangan plagiat	69
Lampiran 8. Surat keterangan selesai penelitian	70

