

PENGEMBANGAN KUE SATU KACANG HIJAU DAN KURMA SEBAGAI PANGAN TINGGI SERAT

KHAIRIMA PUTRI



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengembangan Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma sebagai Pangan Tinggi Serat” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan mau pun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2025

Khairima Putri
I1401211045



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

ABSTRAK

KHAIRIMA PUTRI. Pengembangan Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma sebagai Pangan Tinggi Serat. Dibimbing oleh KATRIN ROOSITA.

Pola konsumsi masyarakat Indonesia yang mengonsumsi makanan tinggi kalori dan rendah serat turut berkontribusi terhadap rendahnya asupan serat harian. Kacang hijau mengandung serat pangan tinggi, terutama pada bagian kulit bijinya, sementara kurma merupakan sumber gula alami sekaligus serat pangan. Penelitian ini bertujuan mengembangkan kue satu berbasis tepung kacang hijau utuh, dengan kurma untuk menggantikan gula halus, sebagai alternatif pangan tinggi serat untuk mendukung pemenuhan serat harian kelompok umum berdasarkan formula terbaik. Penelitian ini menggunakan metode Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan tiga formulasi substitusi kurma terhadap gula halus, yaitu F0 (0%), F1 (50%), dan F2 (75%). Berdasarkan hasil uji organoleptik dan analisis proksimat, F1 (50%) ditetapkan sebagai formula terpilih. Kue satu formula terpilih mengandung air 13,64%, abu 1,97%, protein 15,01%, lemak 1,17%, dan karbohidrat 68,21%. Kandungan serat pangan per 100 g terdiri atas 11,01 g serat pangan total, 8,88 g serat tidak larut, dan 2,13 g serat larut. Kontribusi energi kue satu terhadap ALG kelompok umum sebesar 3,4% per takaran saji (24 g). Produk ini dapat memenuhi klaim sebagai pangan tinggi serat.

Kata kunci: kacang hijau, kue satu, kurma, serat pangan, tinggi serat

ABSTRACT

KHAIRIMA PUTRI. Development of Mung Bean and Date-Based Kue Satu as a High-Fiber Food. Supervised by KATRIN ROOSITA.

The dietary pattern of Indonesian society, which tends to favor high-calorie and low-fiber foods, contributes to the low daily fiber intake. Mung beans are high in dietary fiber, especially in their seed coats, while dates serve as a natural sugar source and also contain significant amounts of dietary fiber. This study aimed to develop Kue Satu made from whole mung bean flour, using dates to replace powdered sugar, as a high-fiber food alternative to support daily fiber intake for the general population, based on the best formulation. A Completely Randomized Design (CRD) was applied with three levels of date substitution for refined sugar: F0 (0%), F1 (50%), and F2 (75%). Based on sensory evaluation and proximate analysis, F1 (50%) was selected as the best formulation. The selected Kue Satu formula contained 13.64% moisture, 1.97% ash, 15.01% protein, 1.17% fat, and 68.21% carbohydrates. Dietary fiber content per 100 g consists of 11.01 g total fiber, 8.88 g insoluble fiber, and 2.13 g soluble fiber. The energy contribution per serving (24 g) was 3.4% of the daily nutrition facts value. This product qualifies to be claimed as a high-fiber food.

Keywords: date, dietary fiber, high fiber, kue satu, mung bean



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2025
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University

PENGEMBANGAN KUE SATU KACANG HIJAU DAN KURMA SEBAGAI PANGAN TINGGI SERAT

KHAIRIMA PUTRI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**





@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Prof. Dr. drh. Muhammad Rizal Martua Damanik, MRep.Sc.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Judul Skripsi : Pengembangan Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma sebagai Pangan Tinggi Serat
Nama : Khairima Putri
NIM : 11401211045

Disetujui oleh

Pembimbing:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.



Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001



Tanggal Ujian:
08 Agustus 2025

Tanggal Lulus: 15 AUG 2025



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah *subhanaahu wa ta'ala* atas segala berkah, rahmat, dan ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma sebagai Pangan Tinggi Serat”. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi dari Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB *University*.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis menerima banyak arahan, masukan, dukungan, serta fasilitas yang sangat membantu hingga skripsi ini terselesaikan. Atas segala bantuan tersebut, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si. selaku Ketua Departemen Gizi Masyarakat, dosen pembimbing akademik, sekaligus dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, serta motivasi kepada penulis, baik selama menjalani kegiatan akademik maupun dalam proses penyusunan skripsi.
2. Prof. drh. Muhammad Rizal Martua Damanik, MRepSc, PhD. selaku moderator seminar hasil dan penguji skripsi penulis yang telah memberikan kritik, saran, serta masukkan dalam penyempurnaan skripsi.
3. Bapak Dasman dan Ibu Desmelita selaku kedua orang tua tercinta yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, semangat, serta dukungan moril dan materiil yang tiada henti kepada penulis dalam setiap langkah perjalanan, termasuk dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Febri Nadyanti, Sera Afdalanita, dan Juandaffa Yusuf selaku saudara penulis, serta seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, semangat, serta dukungan moril maupun materiil yang menjadi sumber kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Sahabat penulis, yaitu Widi, HAARAI, dan Dela yang telah kebersamaan penulis dalam perjalanan perkuliahan hingga penyusunan skripsi, menjadi tempat berbagi cerita, tawa, dan semangat di saat lelah, serta memberikan doa dan dukungan yang menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi setiap tantangan.
6. Teman-teman seperbimbingan dan rekan-rekan Gizi Masyarakat angkatan 58 yang tidak dapat disebutkan satu per satu, atas bantuan, saran, motivasi, dan dukungan selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini, yang menjadi bagian berharga dalam perjalanan penulis.
7. Bapak/Ibu staf pengajar dan tenaga kependidikan di Departemen Gizi Masyarakat yang telah membantu kelancaran kegiatan akademik penulis, serta staff laboratorium dan pihak administrasi yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penelitian hingga penyusunan skripsi ini.
8. Teman-teman KKN dan PKL yang telah berbagi semangat, dukungan, dan kebersamaan selama pelaksanaan KKN dan PKL maupun dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Teman-teman seperjuangan di laboratorium yang telah berbagi semangat, bantuan, serta kebersamaan selama proses penelitian di laboratorium hingga penyusunan skripsi ini.



10. Para panelis yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dengan meluangkan waktu serta memberikan penilaian dan masukan yang sangat berarti bagi kelancaran proses penelitian penulis.

11. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang turut memberi saran, motivasi, masukan, dan semangat selama proses penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan informatif bagi banyak pihak yang membutuhkan.

Bogor, Agustus 2025

Khairima Putri

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	3
II METODE	4
2.1 Desain, Waktu, dan Tempat	4
2.2 Alat dan Bahan	4
2.3 Tahapan Penelitian	5
2.4 Rancangan Percobaan	9
2.5 Pengolahan dan Analisis Data	10
III HASIL DAN PEMBAHASAN	11
3.1 Formulasi dan Pengembangan Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma	11
3.2 Hasil Uji Organoleptik Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma	12
3.3 Karakteristik Fisik Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma	19
3.4 Hasil Analisis Proksimat	21
3.5 Penentuan Formula Terpilih Kue Satu Kacang Hijau dan Kurma	26
3.6 Hasil Analisis Serat Pangan	26
3.7 Kontribusi Zat Gizi Formula Terpilih serta Klaim Gizi	27
IV SIMPULAN DAN SARAN	30
4.1 Simpulan	30
4.2 Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	31
LAMPIRAN	38



DAFTAR TABEL

2.1	Formula kue satu untuk penentuan jumlah substitusi gula halus dengan kurma <i>deglet noor</i>	6
2.2	Kebutuhan energi, zat gizi, dan serat pangan menurut ALG pada kelompok umum	9
3.1	Hasil pengamatan proses uji coba pembuatan kue satu	11
3.2	Karakteristik organoleptik kue satu tiap formula	13
3.3	Perbandingan karakteristik fisik kue	19
3.4	Hasil analisis proksimat kue satu	22
3.5	Hasil analisis serat pangan	26
3.6	Kontribusi gizi kue satu kacang hijau dan kurma formula terpilih	27
3.7	Persyaratan klaim gizi berdasarkan kandungan zat gizi per sajian	28

DAFTAR GAMBAR

2.1	Diagram alir tahapan penelitian	5
2.2	Diagram alir pembuatan tepung kacang hijau	6
2.3	Diagram alir pembuatan kue satu kacang hijau dan kurma	7
3.1	Perbandingan warna kue satu tiap formula dan komersial	20

DAFTAR LAMPIRAN

1	Lembar uji organoleptik	39
2	Prosedur analisis karakteristik fisik	45
3	Prosedur analisis proksimat dan kadar serat pangan	46