



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**KANDUNGAN ZAT GIZI DAN SERAT PANGAN SNACK BAR TEPUNG  
KACANG MERAH (*Phaseolus vulgaris L*) DENGAN SUBSTITUSI TEPUNG  
DAUN PEPAYA JEPANG (*Cnidioscolus aconitifolius*) SEBAGAI ALTERNATIF  
MAKANAN SELINGAN PADA PENDERITA OBESITAS DEWASA**

**Oleh :**

**RAHMI SUCI SAFITRI**

**NIM. 1811223007**

**Pembimbing 1 : Dr. Deni Elnovriza, S.TP., M.Si**

**Pembimbing 2 : Firdaus, S.P., M.Si**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG**

**2023**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Agustus 2023**

**RAHMI SUCI SAFITRI No. BP. 1811223007**

**KANDUNGAN ZAT GIZI DAN SERAT PANGAN *SNACK BAR* TEPUNG KACANG MERAH SUBSTITUSI TEPUNG DAUN PEPAYA JEPANG SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN SELINGAN BAGI PENDERITA OBESITAS DEWASA**

Xiii + 95 halaman + 31 tabel + 17 gambar + 12 lampiran

**ABSTRAK**

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat kandungan zat gizi dan serat pangan pada *snack bar* tepung kacang merah substitusi tepung daun pepaya jepang sebagai alternatif makanan selingan pada penderita obesitas dewasa.

**Metode:** Jenis penelitian ini menggunakan *true experiment design* substitusi tepung daun pepaya jepang pada produk *snack bar*. Dalam penelitian ini menggunakan metode Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan 4 taraf perlakuan, 3 kali pengulangan. Taraf perlakuan F0 merupakan formula kontrol (tanpa substitusi tepung daun pepaya jepang), F1 (substitusi 10% tepung daun pepaya jepang), F2 (substitusi 30% tepung daun pepaya jepang), F3 (substitusi 50% tepung daun pepaya jepang). Analisa data menggunakan aplikasi SPSS 26.0 uji Kruskal Wallis taraf 5% dan dilanjutkan dengan uji Man Whitney.

**Hasil:** Berdasarkan uji organoleptik, formula yang disukai panelis yaitu F1 dan F2 dengan karakteristik warna sedang dan agak gelap, aroma agak harum dan sedang, rasa sedang, serta tekstur agak renyah dan sedang. Kandungan zat gizi F2 yaitu kadar air 20,44%, kadar abu 2,03%, protein 12,44%, lemak 9,55%, karbohidrat 55,55%, dan serat pangan 10,22%. Masing-masing formula sudah memenuhi klaim sebagai sumber serat pangan dengan total kandungan zat gizi berdasarkan uji Kruskal Wallis yaitu tidak berbeda nyata.

**Kesimpulan:** Formula terpilih pada *snack bar* tepung kacang merah substitusi tepung daun pepaya jepang yaitu F2 dengan penambahan tepung daun pepaya jepang sebesar 30% (32,5 gr).

Daftar Pustaka : 102 (1996-2022)

Kata Kunci : Obesitas, *snack bar*, tepung kacang merah, tepung daun pepaya jepang.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH**

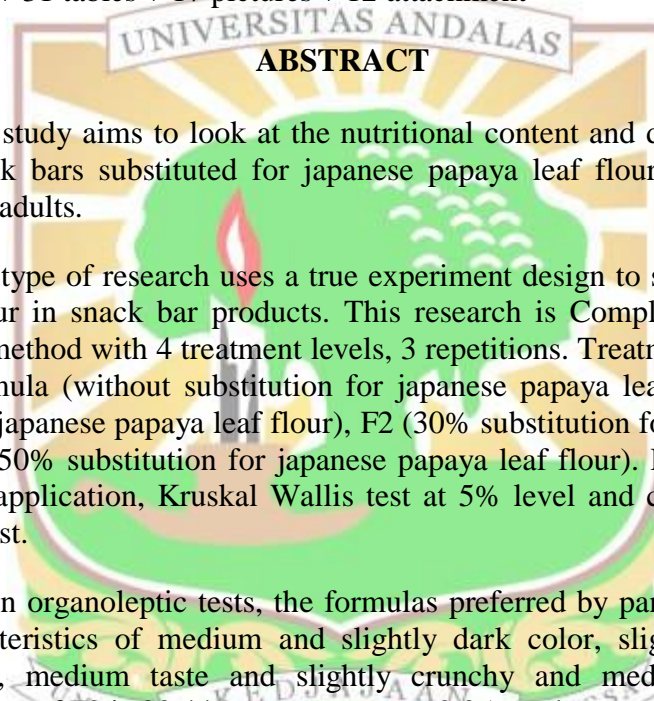
**ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, September 2023**

**Rahmi Suci Safitri, Student ID Number 1811223007**

**NUTRIENT AND DIETARY FIBER CONTENT OF RED BEAN FLOUR SNACK BARS SUBSTITUTED WITH JAPANESE PAPAYA LEAF FLOUR AS AN ALTERNATIVE SNACK FOOD OBESE ADULTS**

Xiii + 95 pages + 31 tables + 17 pictures + 12 attachment



**Purpose :** This study aims to look at the nutritional content and dietary fiber in red bean flour snack bars substituted for japanese papaya leaf flour as an alternative snack for obese adults.

**Methods :** The type of research uses a true experiment design to substitute japanese papaya leaf flour in snack bar products. This research is Completely Randomized Design (CRD) method with 4 treatment levels, 3 repetitions. Treatment levels F0 was the control formula (without substitution for japanese papaya leaf flour), F1 (10% substitution for japanese papaya leaf flour), F2 (30% substitution for japanese papaya leaf flour), F3 (50% substitution for japanese papaya leaf flour). Data analysis used the SPSS 26.0 application, Kruskal Wallis test at 5% level and continued with the Man Whitney test.

**Result :** Base on organoleptic tests, the formulas preferred by panelist were F1 and F2 with characteristics of medium and slightly dark color, slightly fragrant and medium aroma, medium taste and slightly crunchy and medium texture. The nutritional content of F2 is 20.44% water content, 2.05% ash content, 12.44% protein, 9.55% fat, 55.55% carbohydrates and 10.22% dietary fiber. Each formula meets the claim as a source of dietary fiber with the total nutrient content based on the Kruskal Wallis test, which is not significantly different.

**Conclusion :** The selected formula for the red bean flour snack bar as a substitute for japanese papaya leaf flour is F2 with the addition of 30% (32.5 grams) of japanese papaya leaf flour.

References : 102 (1996 – 2022)

Keyword : japanese papaya leaf flour, obesity, red bean flour, snack bar.