



UNIVERSITAS ANDALAS

**PENGARUH PENAMBAHAN TEPUNG LABU KUNING
(*Cucurbita moschata*) TERHADAP SNACK BAR BERBASIS
TEPUNG AMPAS TAHU SEBAGAI MAKANAN SELINGAN
BAGI ANAK REMAJA OBESITAS DI KOTA PADANG**



Oleh :

HUMAIDA AMRAH TRI PUTRI

No. BP: 1811226004

Pembimbing 1: Firdaus, SP, M.Si

Pembimbing 2: Putri Aulia Arza, SP, M.Si

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2020

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Desember 2020

Humaida Amrah Tri Putri, No. BP. 1811226004

**PENGARUH PENAMBAHAN TEPUNG LABU KUNING
(*Cucurbita moschata*) TERHADAP SNACK BAR BERBASIS
TEPUNG AMPAS TAHU SEBAGAI MAKANAN SELINGAN
BAGI ANAK REMAJA OBESITAS DI KOTA PADANG**

ABSTRAK

Latar belakang: Labu kuning (*Cucurbita moschata*) memiliki kandungan β -karoten yang tinggi tetapi pemanfaatannya masih sangat terbatas. Ampas tahu merupakan limbah padat hasil sampingan tahu yang masih tinggi kandungan serat pangan. Kedua bahan pangan tersebut dapat diolah menjadi cemilan sehat yang bisa memberikan efek positif bagi kesehatan tubuh. Salah satu produk pangan tersebut adalah *snack bar*.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerimaan panelis dan kandungan zat gizi *snack bar* tepung labu kuning (*Cucurbita moshata*) berbasis tepung ampas tahu.

Metode: Desain penelitian ini adalah Eksperimen dengan Rancangan Acak Lengkap (RAL). Terdapat 1 formula kontrol (F0) dan 3 formula modifikasi (F1, F2, F3) dengan 2 kali pengulangan. Masing masing formulasi terdiri dari tepung maizena, tepung labu kuning, tepung ampas tahu yaitu F0 (100:0:20), F1 (80:20:20), F2 (70:30:20), F3 (60:40:20). Pemilihan formulasi terpilih ditentukan dari uji hedonik dan uji mutu hedonik serta kandungan zat gizi yang terdapat pada produk *snack bar*. Panelis penelitian terdiri dari 25 panelis agak terlatih.

Hasil: uji organoleptik menunjukkan formulasi yang paling disukai panelis adalah F1. Hasil uji proksimat tertinggi terdapat pada formulasi F3 dengan kadar air 12.66%, kadar abu 2.6208%, protein 11.12 gr, lemak 20.25 gr, karbohidrat 53.35 gr, β -karoten 1729.75 mg, dan serat 15.41%bb. Formulasi terpilih dinilai dari uji organoleptik dan uji kandungan zat gizi adalah F1. Takaran saji *snack bar* adalah 20 gr dengan mengkonsumsi 3-4 keping *snack bar* telah memenuhi 10-15% kecukupan AKG anak remaja.

Kesimpulan: Formula terpilih pada produk *snack bars* yaitu F1 dengan penambahan tepung labu kuning 20gr. Diharapkan penelitian selanjutnya perlu dilakukan analisis kandungan zat gizi mikro yang lain, serta melakukan intervensi langsung produk *snack bar* kepada anak remaja obesitas untuk mengetahui dampak positif produk terhadap penurunan berat badan.

Kata kunci : Ampas tahu, kandungan zat gizi, labu kuning, mutu organoleptik, *snack bar*.

Daftar pustaka : 87 (1989-2020)

THE EFFECT OF ADDITION OF YELLOW LABU FLOUR (*Cucurbita moschata*) TOWARDS SNACK BAR BASED ON TOFU PULP FLOUR KNOWS AS A DIFFERENT FOOD FOR OBESITY TEENAGERS IN PADANG CITY

ABSTRACK

Background : Yellow squash (*Cucurbita moschata*) has a high β -karoten but its utilization is still very limited. Tofu pulp is a solid waste byproducts of tofu which is still high in food fiber content. Both foodstuffs can be processed into healthy snacks that can give a positive effect for the health of the body. One of these food products is snack bar.

Objective : This research aims to determine the acceptance of the panelists and the nutritional content of pumpkin flour snack bars (*Cucurbita moshata*) based on tofu pulp flour.

Method : This research design is Experiment with Completely Randomized Design (RAL). There is 1 control formula (F0) and 3 modification formulas (F1, F2, F3) with 2 repetitions. Each formulation consists of cornstarch, pumpkin flour, tofu pulp flour namely F0 (100:0:20), F1 (80:20:20), F2 (70:30:20), F3 (60:40:20). The selection of selected formulations is determined from hedonic tests and hedonic quality tests as well as the content of nutrients contained in snack bar products. The research panelists consisted of 25 somewhat trained panelists.

Result : Organoleptic tests showed the most preferred formulation of panelists was F1. The highest proximate test results were found in F3 formulations with 12.66% moisture content, 2.6208% ash content, 11.12 gr protein, 20.25 gr fat, 53.35 gr carbohydrates, 1729.75 mg β -carotene, and 15.41 bb% fiber. The Selected formulations are assessed from organoleptic tests and nutrient content tests was F1. Snack bar serving measure is 20 gr by consuming 3-4 pieces of snack bar has fulfilled 10-15% adequacy of AKG teenagers.

Conclusion : The selected formula for snack bars products is F1, with the addition of 20gr of yellow squarh. In further research, it is necessary to analyze the content of other micronutrients, on the other hand, direct intervention was carried out in snack bar products to obese teenagers to find out the positive impact on weight loss.

Keyword : *tofu pulp, nutrient content, pumpkin, organoleptic quality, snack bar*

References : 87 (1989-2020)