

ABSTRAK

Sadewi, Alfika Surya. 2020. Gambaran Tingkat Kesukaan *Cookies* dari Tepung Beras Merah (*Oryza Nivara*) dan Tepung Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris* L) sebagai Makanan Selingan Alternatif Tinggi Serat dengan Indeks Glikemik Rendah. Tugas Akhir. Program Diploma 3. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing: Ir. Agus Sulaeman, M.Kes

Semakin tinggi Indeks Glikemik suatu makanan maka semakin cepat dampaknya terhadap kenaikan glukosa darah. Indeks glikemik tinggi mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kadar glukosa darah pasien DM tipe II. Beras merah dan kacang merah memiliki kandungan Indeks Glikemik yang rendah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat kesukaan *cookies* dari tepung beras merah (*Oryza nivara*) dan tepung kacang merah (*Phaseolus vulgaris* L) sebagai makanan selingan alternatif tinggi serat dengan indeks glikemik rendah. Metode penelitian yang digunakan yaitu eksperimental dengan menggunakan rancangan acak lengkap 1 faktor yaitu perlakuanimbangan tepung beras merah dan tepung kacang merah. Uji yang dilakukan yaitu uji hedonik dengan panelis tidak terlatih sebanyak 30 orang. Berdasarkan hasil uji hedonik terhadap rasa, aroma dan tekstur *cookies*imbangan 50% : 50% lebih disukai oleh panelis dengan masing-masing indikator rasa yang menyatakan suka 50% dan sangat suka 10%, indikator aroma yang menyatakan suka 56.7% dan sangat suka 20%, indikator tekstur yang menyatakan suka 50% dan sangat suka 16.7%.

Kata Kunci: indeks glikemik, beras merah, kacang merah, *cookies*, serat

