

ABSTRAK

Nursadiyyah Aropah, Annisa. 2024 Gambaran Sifat Organoleptik dan Nilai Gizi Cookies Berbahan Dasar Tepung Terigu dan Tepung Ikan Patin (*Pangasius sp*) Sebagai Alternatif Selingan Sumber Protein dan Zat Besi untuk Remaja Putri Anemia. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Diploma 3 (Tiga) Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan kementerian Kesehatan Bandung

Pembimbing : Dr. Suparman, SKM. M.Sc

Anemia adalah suatu kondisi tubuh Dimana kadar Hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal. Berdasarkan Riskesdas (2018) prevalensi kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia mencapai angka 48,9%. Cookies ini merupakan cookies yang terbuat dari campuran tepung terigu dengan tepung ikan patin yang merupakan inovasi makanan selingan kaya protein dan zat besi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Tingkat kesukaan dan nilai gizi cookies tepung terigu dan tepung ikan patin sebagai selingan kaya zat besi dan protein untuk remaja putri. Pada penelitian ini untuk mendapatkan produk cookies kaya akan zat besi dan protein untuk memenuhi standar makanan selingan, dibuat 3 formulaimbangan tepung terigu dan tepung ikan patin, formula 1 (65%:35%), formula 2 (70%:30%) dan formula 3 (75%:25%). Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental Skala laboratorium. Hasil penelitian menunjukkan cookies formula 3 (75%:25%) merupakan cookies secara overall paling disukai. Kandungan fe cookies formula 3 persajian (40gr) adalah 2,14 mg sedangkan protein 7,54 gr dimana cookies mampu menyumbang fe sebesar 142% dan protein 116% dari kecukupan AKG makanan selingan remaja putri usia 13-18 tahun. Bagi masyarakat atau produsen yang ingin mengembangkan produk ini sebaiknya menggunakan formula 3 (75% : 25%) karena dari segi aroma, rasa, warna, tekstur dan overall adalah yang paling banyak disukai .

Kata kunci : Cookies, Tepung Terigu, Tepung Ikan Patin, Anemia, Zat Besi, Protein, Remaja Putri

