

ABSTRAK

Fakhira, Fiandara Putri. 2024. Gambaran Tingkat Kesukaan dan Nilai Gizi Macaron dengan Bahan Dasar Tepung Kacang Merah dan Tepung Kacang Kedelai Sebagai Alternatif Makanan Selingan Bagi Remaja Putri Untuk Pencegahan Anemia. Tugas Akhir. Program Studi Gizi Program Diploma Tiga. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing : Dadang Rosmana, DCN, M.Kes

Masalah gizi yang disebabkan karena kekurangan zat besi (anemia defisiensi zat besi) merupakan salah satu permasalahan kesehatan remaja. Asupan makanan selingan dapat menjadi alternatif pencegahan anemia pada remaja putri, salah satunya dengan memanfaatkan kacang merah dan kacang kedelai menjadi produk olahan pangan berupa macaron. Kacang merah memiliki kandungan untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah diantaranya karena memiliki kandungan zat besi. Kacang kedelai mampu mengatasi anemia karena penyerapan zat besi yang didapatkan dari kedelai lebih baik diserap oleh tubuh dibandingkan makanan nabati lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kesukaan dan nilai gizi macaron dengan bahan dasar tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai. Desain penelitian eksperimental ini menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL) 1 faktor, yaitu 3 jenis formula tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai, formula 1 20%:80%, formula 2 60%:40%, formula 3 80%:20%. Tingkat kesukaan macaron dianalisis menggunakan uji hedonik oleh 30 panelis agak terlatih. Tingkat kesukaan terhadap keseluruhan macaron tertinggi pada formula 3. Setiap sajian macaron (4 pasang) formula 3 mengandung energi 298,5 kkal, protein 9,4 gram, karbohidrat 50,8 gram, dan zat besi 2,3 mg. Perlu adanya penelitian lebih lanjut di laboratorium terkait zat gizi macaron tepung kacang merah dan tepung kacang kedelai jika ingin melakukan pengembangan produk untuk masyarakat.

Kata kunci : Anemia, Zat Besi, Remaja Putri, Kacang Merah, Kacang Kedelai, Tingkat Kesukaan, Uji Hedonik