

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2023

Kensassa Sayidina

Kajian Pembuatan *Cookies* Kismis Substitusi Tepung *Oatmeal* Sebagai Alternatif Cemilan Pada Pasien Jantung

xiv + 68 halaman + 15 tabel, 8 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Cardiovascular diseases (CVD) merupakan salah satu penyebab utama kematian global di kalangan orang dewasa yang memiliki gaya hidup yang modern yang berdampak pada kesehatan yang kurang baik. Oleh sebab itu, perlu adanya perubahan pola makan yang seimbang untuk mencegah resiko (CVD). Saat ini peningkatan asupan biji-bijian telah disarankan untuk mempengaruhi penanda risiko CVD, sebagai salah satunya adalah *oatmeal* yang dijadikan tepung lalu diolah dalam bentuk *cookies* kismis yang terkandung serat larut dan senyawa fenolik yang bertujuan dijadikan alternatif cemilan pada penderita jantung.

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode *eksperiment* dengan perlakuan substitusi tepung *oatmeal* terhadap *cookies* kismis yang paling disukai dengan kualitas terbaik berdasarkan hasil uji organoleptik (warna, aroma, tekstur, rasa, dan penerimaan keseluruhan) dengan menggunakan uji mutu hedonik. Pembuatan produk dengan tiga kali pengulangan dalam pembuatan produk formula 0 (F0) (0%) sebagai control, formula 1 (F1) (40%), formula 2 (F2) (60%), dan formula 3 (F3) (80%). Kemudian dilanjutkan dengan uji kadar serat pada *cookies* kismis yang paling disukai dengan metode *Cured Fiber*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa formula yang paling disukai oleh panelis adalah formula 1 yang memiliki skor tertinggi pada warna, tekstur, rasa dan penerimaan keseluruhan. Kandungan zat gizi F1 E: 52,11 kkal P: 0,87 g L: 2,87 Kh: 5,90 g, Serat 0,13 g. Dan hasil *cured fiber* terdapat kandungan serat 21,07%. Harga jual *cookies* kismis berbahan dasar tepung terigu dengan substitusi tepung *oatmeal* seharga Rp.500/keping atau Rp. 3.000/takaran saji (6 keping)

Perlu dilakukan penelitian lanjutan mengenai uji laboratorium terkait kandungan antioksidan dengan melakukan uji kadar antioksidan untuk mengetahui kadar antioksidan lebih spesifik karena dapat dijadikan alternatif cemilan pada penderita jantung.

Kata kunci : CVD, *cookies*, kismis, *oatmeal*, uji organoleptik, serat

Daftar bacaan : 44 (2003 – 2022)

TANJUNGPURANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NUTRITION
Final Project, May 2023

Kensassa Sayidina

Study on Making Raisin Cookies with the Addition of Oatmeal Flour as an Alternative Snack for Heart Sufferers

xiv + 68 pages + 15 tables, 8 pictures, 8 attachment

ABSTRACT

Cardiovascular disease (CVD) is one of the leading causes of global death among adults who have a modern lifestyle that has an impact on poor health. Therefore, it is necessary to change a balanced diet to prevent the risk (CVD). At present, it has been suggested that an increase in grain intake influences CVD risk markers, one of which is oatmeal which is made into flour and then processed into cookies and the addition of raisins which contain fiber which is suitable for heart sufferers.

The method used is an experiment with three repetitions. This study used 3 formulas, namely the addition of oatmeal flour, F1 (40%), F2 (60%) and F3 (80%). The organoleptic test used the hedonic test method, the nutritional content was calculated using TKPI, and specifically for fiber content using the cured fiber method, as well as calculating the food cost of the most preferred cookies.

The results showed that the most preferred formula by the panelists was formula 1 which had the highest score on color, texture, taste and overall acceptability. Nutrient content F1 E: 52.11 kcal P: 0.87 g L: 2.87 Kh: 5.90 g, 0.13 g fiber. And the cured fiber results have a fiber content of 21.07%. The selling price of raisin cookies made from wheat flour with oatmeal flour substitution is Rp. 500/piece and Rp. 3000/serving size (6 chip).

Further research is needed on laboratory tests related to antioxidant content by testing antioxidant levels to determine more specific antioxidant levels because they can be used as an alternative snack for heart patients.

Keywords : CVD, cookies, raisins, oatmeal, organoleptic test, fiber
Reading list : 44 (2003 - 2022)