

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2023

Alifia Rizkanuari Auliarsi

Kajian Pembuatan Snackbar Muesli Dengan Substitusi Tepung Kacang Hijau Sebagai Alternatif Snack Untuk Remaja Putri Tahun 2023.

Xiii + 64 halaman + 12 tabel, 11 gambar, 7 lampiran

ABSTRAK

Remaja merupakan salah satu kelompok rentan mengalami masalah Gizi. masalah Gizi pada remaja perlu mendapatkan perhatian khusus, karena berpengaruh terhadap pertumbuhan yang akan berdampak di masa dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Karakteristik Snackbar Muesli Dengan Substitusi Tepung Kacang Hijau Sebagai Alternatif Snack Untuk Remaja Putri.

Penelitian ini dilakukan dengan metode rancangan *Eksperimen*. Subjek penelitian adalah Snackbar Muesli substitusi Tepung kacang hijau dengan jumlah panelis sebanyak 70 orang. Pengumpulan data diperoleh menggunakan formulir uji organoleptik, TKPI 2017 dan uji Protein menggunakan metode Kjeldahl.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa produk *Snackbar* Muesli substitusi Tepung kacang hijau yang paling disukai berdasarkan penerimaan keseluruhan yaitu F1 (85%). Kandungan Gizi Snackbar paling disukai yaitu Energi 152,88 kkal, Protein berdasarkan TKPI 2017 2,6 gr dan Protein berdasarkan Uji metode Kjeldahl yaitu 1,4 gr, kemudian Lemak 4,7 gr, Karbohidrat 24,8 gr, dan Serat 1,7 gr. Harga jual produk per porsi/ takaran saji *Snackbar* yaitu Rp. 5.000/30 gr.

Disimpulkan bahwa produk *Snackbar* Muesli substitusi Tepung kacang hijau paling disukai sebagai Snack bagi remaja putri yaitu Formula 1 dengan substitusi Tepung kacang hijau sebanyak 20%. Kandungan Protein pada *Snackbar* Formula 1 berdasarkan TKPI 2017 yaitu 2,6 dan Protein berdasarkan uji metode Kjeldahl yaitu 4,6 gr per 100 gr atau 1,4 gr per 30 gr atau takaran saji. Saran yang diberikan dari penelitian ini yaitu untuk penelitian selanjutnya perlu menambahkan bahan pangan sumber protein tinggi yaitu kacang kacangan seperti kacang hijau untuk meningkatkan protein pada *Snackbar*.

Kata kunci : Protein, *Snackbar*, Tepung kacang hijau, Muesli

Daftar bacaan : 47 (2013 - 2022)

TANJUNGPURBA HEALTH POLYTECHNIC
JURISDICTION OF NUTRITION
Final Project, May 2023

Alifia Rizkanuari Auliarsi

The Study Of Making Muesli Snackbar With Mung Bean Flour Substitution As An Alternative Snack For Teenage Girls In 2023.

Xiii + 64 pages + 12 tables, 11 figures, 7 attachments

ABSTRACT

Adolescents are one of the vulnerable groups experiencing nutritional problems. Nutritional problems in adolescents need special attention, because they affect growth which will have an impact in adulthood. This study aims to determine the Acceptability of Muesli Snackbar with Green Mung Bean Flour Substitution as an Alternative Snack for Teenage Girls.

This research was conducted with the Experiment design method. The research subject was Snackbar Muesli with mung bean flour substitution with a total of 70 panelists. Data collection was obtained using organoleptic test form, TKPI 2017 and Protein test using Kjeldahl method.

The results showed that the most preferred Snackbar Muesli product based on overall acceptance was F1 (85%). The nutritional content of the most preferred Snackbar is Energy 152.88 kcal, Protein based on TKPI 2017 2.6 g and Protein based on the Kjeldahl method test is 1.4 g, then Fat 4.7 g, Carbohydrates 24.8 g, and Fiber 1.7 gr. The selling price of the product per serving / serving size of Snackbar is Rp. 5,000/30 gr.

It was concluded that the Muesli Snackbar product with mung bean flour substitution was most preferred as a snack for teenage girls, namely Formula 1 with 20% mung bean flour substitution. Protein content in Snackbar Formula 1 based on TKPI 2017 is 2.6 and Protein based on the Kjeldahl method test is 4.6 grams per 100 grams or 1.4 grams per 30 grams or serving size. The advice given from this research is that for further research it is necessary to add high protein source food ingredients, namely legumes such as green beans to increase protein in Snackbar.

Keywords: Protein, Snackbar, mung bean flour, Muesli

Reading list: 47 (2013 - 2022)