

UJI DAYA TERIMA DAN KADAR BESI PADA COOKIES TEPUNG KACANG MERAH (FRIJOS KUKI) DENGAN PENAMBAHAN SARI KURMA UNTUK KUDAPAN REMAJA PUTRI ANEMIA

ABSTRAK

Pendahuluan : Anemia adalah suatu keadaan terjadinya kekurangan kadar hemoglobin dalam darah. Berdasarkan dari data Riskesdas 2018 prevalensi anemia pada remaja di Indonesia mencapai 48,9% pada golongan umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Untuk mencegah anemia gizi besi pada remaja salah satunya yaitu dengan mengkonsumsi makanan tinggi zat besi seperti, kacang merah dan sari kurma. Pada tepung kacang merah terdapat 10 mg zat besi dan pada kurma terdapat 4,56 mg zat besi. Dari bahan makanan tersebut kemudian akan diolah menjadi *cookies* yang tinggi zat besi. **Tujuan** : penelitian ini bertujuan untuk mengetahui uji daya terima dan kadar besi pada *cookies* tepung kacang merah dengan penambahan sari kurma untuk kudapan remaja putri anemia. **Metode** : penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan melakukan 4 perlakuan yaitu perbandingan terigu : sari kurma sebesar 100 : 0 dan perbandingan tepung kacang merah : sari kurma sebesar 90 : 10, 85 : 15, 80 : 20. Setelah diolah dan diberi perlakuan, selanjutnya dilakukan uji daya terima dan dilakukan uji besi untuk mengetahui kadar besi pada *cookies*. **Hasil** : pada pengujian organoleptik terhadap sampel yang mendapatkan perlakuan F3 termasuk memperoleh rerata tertinggi. Dari uji laboratorium kandungan zat besi F3 sebesar 32,7 mg/kg dan F1 34,7 mg/kg. Serta kandungan energi per kepingnya pada F3 sebesar 46,5 kkal dan F1 46,7 kkal. **Kesimpulan** : Bahwa produk *cookies* kacang merah ini masih belum bisa mencukupi kebutuhan zat besi, dilihat dari perbandingan antara F3 dan F1 menunjukkan bahwa F3 masih belum bisa melebihi kandungan zat besi pada produk Kontrol (F1).

Kata kunci : Tepung Kacang Merah, Sari Kurma, Uji Daya Terima, Uji Kadar Besi

ACCEPTANCE AND IRON LEVELS IN RED BEAN FLOUR COOKIES (FRIJOS KUKI) WITH THE ADDITION OF DATE PLAM EXTRACT FOR SNACKS TEENYGER GIRL ANEMIA

ABSTRACT

Introduction: Anemia is a condition where there is a lack of hemoglobin in the blood. Based on the 2018 Riskesdas data, the prevalence of anemia in adolescents in Indonesia reached 48.9% in the age group of 15-24 years and 25-34 years. One of the ways to prevent iron deficiency anemia in adolescents is by consuming foods high in iron such as red beans and date juice. In red bean flour there is 10 mg of iron and in dates there are 4.56 mg of iron. From these foodstuffs will then be processed into cookies that are high in iron. **Objective:** This study aims to determine the acceptability and iron content of red bean flour cookies with the addition of date palm juice for anemic adolescent girls. **Methods:** this study used an experimental method by carrying out 4 treatments, namely the ratio of wheat flour:date palm juice of 100:0 and the ratio of red bean flour: date palm juice of 90:10, 85:15, 80:20. After being processed and given treatment, then carried out acceptability test and iron test was carried out to determine iron content in cookies. **Results:** the organoleptic test on samples that received F3 treatment included the highest mean. From laboratory tests, the iron content of F3 is 32.7 mg/kg and F1 is 34.7 mg/kg. And the energy content per chip in F3 is 46.5 kcal and F1 is 46.7 kcal. **Conclusion:** That this red bean cookie product is still not able to meet the iron requirement, judging from the comparison between F3 and F1 shows that F3 still cannot exceed the iron content in the control product (F1).

Keywords : Red Bean Flour, Dates Plam Extract, Acceptance Test, Iron Level Test