

Abstrak

NILAI GIZI DAN SENSORI KUKIS DENGAN SUPLEMENTASI KULIT KENTANG DAN DAUN KATUK SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN SUMBER ZAT BESI UNTUK IBU HAMIL DAN MENYUSUI

Havidha Rifaa Qonita¹, Friska Citra Agustia², Gumintang Ratna Ramadhan²

Latar Belakang: Kukis dapat dijadikan selingan untuk memenuhi kebutuhan gizi Ibu hamil dan menyusui. Kukis dibuat dengan suplementasi kulit kentang dan daun katuk yang memiliki potensi sebagai makanan sumber zat besi dengan karakteristik sensori yang dapat diterima sebagai alternatif selingan ibu hamil dan menyusui.

Metodologi: Penelitian eksperimental RAK dengan proporsi suplementasi kulit kentang : daun katuk F1 (15%:35%); F2 (20%:30%); F3 (25%:25%); F4 (30%:20%); F5 (35%:15%). Dilakukan uji duplo untuk kadar zat besi dan vitamin C sebanyak 4 kali ulangan yang kemudian dianalisis menggunakan SPSS 25 dengan metode ANOVA dan dilanjutkan dengan DMRT (*p value* <0,05). Uji organoleptik yang dianalisis menggunakan SPSS dengan metode *Friedman* dan dilanjutkan dengan DMRT (*p value* <0,05). Perlakuan terbaik ditentukan dengan uji indeks efektivitas.

Hasil Penelitian: Proporsi suplementasi kulit kentang dan daun katuk berpengaruh nyata terhadap kadar zat besi (*p value* <0,002), vitamin C (*p value* <0,013), hedonik warna (*p value* <0,016) dan tekstur (*p value* <0,000), serta mutu hedonik warna (*p value* <0,000), aroma (*p value* <0,046), tekstur (*p value* <0,000), dan *aftertaste* pahit (*p value* <0,001). Namun tidak berpengaruh nyata terhadap hedonik aroma dan rasa.

Kesimpulan: Perlakuan terbaik adalah kukis dengan proporsi 15% kulit kentang : 35% daun katuk dengan kadar zat besi 10,41 mg dan *serving size* 6-7 keping per hari.

Kata Kunci: Daun Katuk, Kulit Kentang, Kukis, Zat Besi, Ibu Hamil dan Menyusui

¹Mahasiswa Jurusan Ilmu Gizi FIKes Universitas Jenderal Soedirman

²Departemen Jurusan Ilmu Gizi FIKes Universitas Jenderal Soedirman

Abstract

NUTRITIONAL AND SENSORY VALUE OF COOKIES WITH POTATO PEEL AND “KATUK” LEAVES SUPPLEMENTATION AS AN ALTERNATIVE FOOD SOURCE OF IRON FOR PREGNANT AND BREASTFEEDING MOTHER

Havidha Rifaa Qonita¹, Friska Citra Agustia², Gumintang Ratna Ramadhan²

Background: Cookies can be used as a distraction to meet the nutritional needs of pregnant and breastfeeding mothers. Cookies are made with the supplementation of potato peel and “katuk” leaves which have the potential as a food source of iron with sensory characteristics that are acceptable as an alternative distraction for pregnant and breastfeeding mothers.

Methods: RAK experimental research with the proportion of potato peel supplementation: “katuk” leaves F1 (15%:35%); F2 (20%:30%); F3 (25%:25%); F4 (30%:20%); F5 (35%:15%). Duplo tests were carried out for iron and vitamin C levels 4 times, which were then analyzed using SPSS 25 with the ANOVA method and continued with DMRT (p value <0.05). The organoleptic tests analyzed using SPSS with the Friedman method and followed by DMRT (p value <0.05). The best treatment is determined by the effectiveness index test.

Research Result: The proportion of potato peel and “katuk” leaves supplementation had a significant effect on iron levels (p value <0.002), vitamin C (p value <0.013), hedonic color (p value <0.016) and texture (p value <0.000), as well as hedonic color quality. (p value <0.000), aroma (p value <0.046), texture (p value <0.000), and bitter aftertaste (p value <0.001). However, it had no real effect on hedonic aroma and taste.

Conclusion: The best treatment is cookies with a proportion of 15% potato peel : 35% “katuk” leaves with an iron content of 10.41 mg and a serving size of 6-7 pieces per day.

Keywords: “Katuk” Leaves, Potato Peel, Cookies, Iron, Pregnant and Breastfeeding Women

¹*Student of Nutrition Sciences Departement, Faculty of Health Science, Universitas Jenderal Soedirman*

²*Departement of Nutrition Sciences, Faculty of Health Science Universitas Jenderal Soedirman*