

## ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, AGUSTUS 2021

INTAN ALI RAMADHIANY

### **PEMBUATAN *COOKIES* BERBAHAN BAKU TEPUNG PISANG (*Musa paradisiaca*) DAN TEPUNG MAIZENA DENGAN PENAMBAHAN KACANG HIJAU (*Phaseolous radiatus L*) UNTUK PENDERITA HIPERTENSI**

VI Bab, 110 Halaman, 13 Tabel, 21 Lampiran

**Latar Belakang:** Defisiensi kalium merupakan salah satu faktor hipertensi yang dapat dicegah. Konsumsi kalium memengaruhi tekanan darah, konsumsi kalium yang meningkat dapat menurunkan tekanan darah sedangkan konsumsi yang kurang dapat meningkatkan tekanan darah. Bahan pangan yang mengandung kandungan kalium adalah pisang dan kacang hijau, pisang dapat diolah kembali menjadi tepung pisang. Manfaat tepung pisang dan kacang hijau berpotensi sebagai sumber kalium untuk membantu menurunkan tekanan darah, sehingga dapat digunakan untuk bahan baku pembuatan *snack* untuk penderita Hipertensi yaitu *cookies*. Pembuatan *cookies* ditambahkan dengan Tepung Maizena yang merupakan salah satu sumber karbohidrat.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh penambahan tepung pisang dan tepung maizena terhadap kandungan gizi serta penilaian organoleptik *cookies*.

**Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimental dengan empat formulasi yaitu F0, F1, F2 dan F3. Melibatkan 25 panelis semi terlatih dan 30 panelis konsumen untuk uji organoleptik. Analisis data menggunakan uji Anova dan uji lanjutan Duncan.

**Hasil:** Berdasarkan hasil uji Anova dari hasil uji organoleptik dan uji nilai gizi terdapat perbedaan yang nyata terhadap kesukaan, mutu dan nilai gizi antara keempat formulasi.

**Kesimpulan:** Formulasi *cookies* terpilih adalah F2 dengan perbandingan tepung pisang 80% dan tepung maizena 20% yang memiliki kandungan kalori dan gizi dalam 100 gram *cookies* adalah 442 kkal, protein 4.28 g, lemak 16.82 g, karbohidrat 68.5 g, serat 0.25 g dan kalium 4016 mg.

**Kata kunci:** *Cookies*, Kalium, Kacang Hijau, Tepung Maizena, Tepung Pisang

## ABSTRACT



UNIVERSITY OF ESA UNGGUL  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
NUTRITION SCIENCE STUDY PROGRAM  
UNDERGRADUATE THESIS, AGUSTUS 2021

INTAN ALI RAMADHIANY

### **MAKING *COOKIES* BASED ON BANANA FLOUR (*Musa paradisiaca*) AND CORNSTARCH WITH THE ADDITION OF MUNG BEANS (*Phaseolus radiatus L*) FOR HYPERTENSION PATIENTS**

VI Chapters, 110 pages, 13 tables, 21 attachments

**Background:** Potassium deficiency is one of the preventable factors for hypertension. Potassium consumption affects blood pressure, increased potassium consumption can lower blood pressure while low consumption can increase blood pressure. Foods that contain potassium are bananas and mung beans, bananas can be reprocessed into banana flour. The benefits of banana flour and mung beans have the potential as a source of potassium to help lower blood pressure, so they can be used as raw materials for making snacks for people with hypertension, namely cookies. Making cookies is added with cornstarch which is a source of carbohydrates.

**Objective:** To determine the effect of adding banana flour and cornstarch to the nutritional content and organoleptic assessment of *cookies*.

**Methods:** The research design used was experimental with four formulations, which are F0, F1, F2 and F3. Involving 25 semi-trained panelists and 30 consumer panelists for organoleptic testing. Data analysis using Anova test and Duncan test.

**Results:** Based on the Anova test results from the organoleptic and nutritional test results, there were significant differences in preference, quality and nutritional value between the four formulations.

**Conclusion:** The preferred cookie formulation is F2 with a ratio of 80% banana flour and 20% cornstarch which contains calories and nutrients in 100 grams of *cookies* is 442 kcal, protein 4.28 g, fat 16.82 g, carbohydrates 68.5 g, fiber 0.25 g and potassium 4016 mg.

**Keywords:** Banana Flour, *Cookies*, Maizena Flour, Mung Beans, Potassium