

## ABSTRAK

DEWI PUJAYANTI

### FORMULASI *COOKIES* SUBSTITUSI TEPUNG TERIGU DENGAN CAMPURAN TEPUNG TALAS DAN KACANG HIJAU SEBAGAI MAKANAN SELINGAN BAGI REMAJA

Kebiasaan makan yang buruk merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya ketidakseimbangan gizi pada remaja. Beberapa upaya dapat dilakukan untuk mengurangi ketidakseimbangan gizi pada remaja diantaranya dengan mengontrol asupan makanan. Kebutuhan asupan gizi harian remaja 10-20% berasal dari makanan selingan. Salah satu makanan selingan yang disukai remaja adalah *cookies*. *Cookies* merupakan pangan praktis dan memiliki daya simpan yang relatif panjang sehingga cocok untuk dijadikan alternatif camilan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh substitusi tepung terigu dengan campuran tepung talas dan kacang hijau terhadap karakteristik sensori dan kandungan proksimat *cookies* sebagai makanan selingan bagi remaja. Penelitian ini menggunakan metode Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan 4 (empat) taraf perlakuan (F0, F1, F2, dan F3). Penentuan *cookies* terpilih dilakukan melalui uji organoleptik (warna, rasa, tekstur dan aroma). *Cookies* terpilih hasil uji organoleptik adalah *cookies* formula 1. *Cookies* F1 dilakukan analisis proksimat terhadap kadar air, abu, protein, lemak, karbohidrat dan serat. Hasil uji organoleptik menunjukkan terdapat perbedaan nyata ( $p < 0,05$ ) antara F0 dengan F3 dan F1 dengan F3 terhadap karakteristik sensori rasa tetapi tidak terdapat perbedaan nyata ( $p > 0,05$ ) terhadap aroma, tekstur dan warna. Hasil uji proksimat *cookies* terpilih mengandung kalori 414,40 kkal, kadar air 4,97%, kadar abu 1,04%, kadar protein 11,63%, kadar lemak 18,17%, karbohidrat 50,19% dan serat 7,30%. Hasil tersebut menunjukkan *cookies* terpilih sudah memenuhi syarat SNI *cookies*. Saran saji untuk remaja usia (10-12 tahun) sebanyak 5 keping, usia (13-15 tahun) sebanyak 6 keping dan usia (16-18 tahun) sebanyak 7 keping untuk memenuhi 10-20% kebutuhan AKG (energi, protein, lemak, karbohidrat dan serat) pada remaja.

**Kata Kunci** : Talas, Kacang Hijau, *Cookies*, Proksimat