

# TINGKAT KESUKAAN DAN KANDUNGAN GIZI *COOKIES* TEPUNG KENTANG (*Solanum tuberosum L.*) DAN KACANG FAVA (*Vicia faba L.*)

Rifayatul Khoiriyah<sup>1\*</sup>, Dyah Kartika Wening<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

\*E-mail : rifayatulkhoiriyah123@gmail.com

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** *Cookies* merupakan kue kering berbentuk kecil yang mempunyai rasa manis dan tekstur yang renyah. *Cookies* umumnya terbuat dari tepung terigu sehingga mengandung banyak karbohidrat. Oleh karena itu, untuk mengurangi konsumsi tepung terigu dan menambah nilai gizi *cookies*, dilakukan inovasi *cookies* dari bahan pangan lokal seperti kentang dan sumber protein yang berasal dari protein nabati seperti kacang fava.

**Tujuan :** Untuk mengetahui tingkat kesukaan dan kandungan energi, protein, lemak, karbohidrat dan serat pada *cookies* tepung kentang dan kacang fava.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain eksperimen. Perlakuan dilakukan dengan membuat 3 formulasi yang berbeda dengan perbandingan tepung kentang tepung kacang fava : F1 (60% : 40%) , F2 (50% : 50%), dan F3 (40% : 60%), kemudian dilakukan uji tingkat kesukaan dengan formulir hedonik, formula dengan tingkat kesukaan terbaik selanjutnya dilakukan uji kandungan gizi (energi, protein, karbohidrat, lemak dan serat) kemudian dideskripsikan.

**Hasil :** Hasil penelitian ini dilakukan uji tingkat kesukaan, uji tingkat kesukaan terbaik pada formulasi 3 dengan nilai 63,4%. Kandungan gizi pada formulasi 3 dalam 100 gram *cookies* yaitu energi 435,7 kkal, protein 14,4%, lemak 17,1%, karbohidrat 56,0%, dan serat 4,4%.

**Simpulan :** Nilai zat gizi pada *cookies* tepung kentang dan kacang fava lebih tinggi dari pada *cookies* komersial. Kandungan karbohidrat pada *cookies* tidak memenuhi syarat SNI dan serat pada *cookies* melebihi syarat SNI-2973-2011.

Kata kunci : *cookies*, kentang, kacang fava.

**THE LEVEL OF PREFERENCE AND NUTRITIONAL CONTENT OF  
POTATO FLOUR (*Solanum tuberosum L.*) AND FAVA BEAN (*Vicia faba L.*)**

Rifayatul Khoiriyah<sup>1\*</sup>, Dyah Kartika Wening<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Nutrition Study Program Faculty of Health Sciences, Ngudi Waluyo University

\*E-mail : rifayatulkhoiriyah123@gmail.com

**ABSTRACT**

**Background Back :** *Cookies are small cookies that have a sweet taste and a crunchy texture. Cookies are generally made from wheat flour, so they contain a lot of carbohydrates. Therefore, to reduce the consumption of wheat flour and increase the nutritional value of cookies, innovative cookies are made from local foods such as potatoes and protein sources derived from vegetable proteins such as pork beans or fava beans.*

**Purpose :** *To determine the level of preference and energy, protein, fat, carbohydrate, and fiber content in potato flour and fava bean cookies.*

**Method :** *This research used an experimental design. The treatment was carried out by making 3 different formulations with a ratio of potato flour to fava bean flour: F1 (60%: 40%), F2 (50%: 50%), and F3 (40%: 60%). A favorability level test was carried out with a hedonic form, and the formula with the best favorability level was then tested for nutritional content (energy, protein, carbohydrates, fat, and fiber).*

**Result :** *The results of this research carried out a liking level test; the best liking level test was for formulation 3 with a value of 63.4%. The nutritional content of formulation 3 in 100 grams of cookies is 435.7 kcal of energy, 14.4% protein, 17.1% fat, 56.0% carbohydrates, and 4.4% fiber.*

**Conclusion :** *The nutritional value of potato flour and fava bean cookies is higher than that of commercial cookies. The carbohydrate content in cookies does not meet SNI requirements and the fiber content in cookies exceeds SNI-2973-2011 requirements.*

*Keywords : cookies, potatoes, fava beans*

