

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Skripsi, Juli 2024
Fian Setiani
061201010

**UJI MUTU DAN INDEKS GLIKEMIK *COOKIES* BERBAHAN TEPUNG KENTANG
(*Solanum Tuberosum L*) DAN KACANG FAVA (*Vicia faba L.*)**

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan ciri-ciri berupa tingginya kadar glukosa darah. Salah satu upaya penanganan Diabetes Mellitus dapat dilakukan pengaturan makan dengan pendekatan indeks glikemik. Bahan makanan sumber karbohidrat dan sumber protein yang dapat dikembangkan sebagai solusi untuk penderita diabetes mellitus adalah kentang, kacang fava.

Tujuan : Mengetahui Mutu dan Indeks Glikemik *Cookies* Berbahan Tepung Kentang (*Solanum Tuberosum L.*) Dan Kacang Fava (*Vicia faba L.*).

Metode : penelitian ini menggunakan desain penelitian *Pre experimental design* yang menggunakan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design*. Kemudian dilakukan uji mutu organoleptic, uji mutu fisik, dan pengukuran indeks glikemik kemudian dideskripsikan.

Hasil : Uji mutu organoleptik diperoleh bahwa *cookies* memenuhi standar SNI No.2973: 2022. Uji mutu fisik tekstur diperoleh 834,5 gram. Nilai indeks glikemik dalam kategori rendah yaitu 47.11%

Simpulan : *Cookies* Tepung Kentang dan Kacang Fava memenuhi standar SNI No.2973: 2022. Tekstur cookies termasuk *soft cookies* dan memiliki nilai indeks glikemik dalam kategori rendah.

Kata Kunci : Mutu, Indeks Glikemik, *Cookies*, Kentang, Kacang Fava.

Ngudi Waluyo University
S1 Nutrition Study Program
Thesis, August 2024
Fian Setiani
061201010

**TEST QUALITY AND GLYCEMIC INDEX *COOKIES* MADE OF POTATO FLOUR
(*Solanum Tuberosum L*) AND FAVA BEANS (*Vicia faba L*).**

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a chronic disease characterized by high blood glucose levels. One attempt to treat diabetes mellitus can be made by dietary adjustment with a glycemic index approach. Food sources of carbohydrates and sources of protein that can be developed as a solution for people with diabetes mellitus are potatoes and fava beans.

Purpose: Knowing the quality and glycemic index of cookies of potatoes (*Solanum tuberosum L.*) and Fava beans (*Vicia faba L.*).

Methods: This study uses a pre-experimental design that uses a one-group pretest-posttest design. Then organoleptic quality tests, physical quality tests, and glycemic index measurements are then described.

Conclusion: Cookies of potatoes and Fava beans meet SNI No. 2973: 2022. Textures cookies include soft cookies and have glycemic index values in low categories.

Keywords: Mutu, Glycemic Index, *Cookies*, Potatoes, Fava Beans.