

ABSTRAK

ANNIS USWATUN HASANAH

**DAYA TERIMA DAN KANDUNGAN ZAT BESI COOKIES SUBSTITUSI
TEPUNG IKAN TERI DAN ONCOM SEBAGAI MAKANAN SELINGAN
REMAJA PUTRI ANEMIA**

Remaja rentan mengalami masalah gizi seperti kekurangan energi kronis, obesitas, hingga anemia. Remaja perempuan berisiko tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja putra. Mengonsumsi makanan tinggi zat besi dapat mencegah anemia pada remaja putri, salah satunya dengan memanfaatkan bahan pangan lokal, yaitu ikan teri dan oncom sebagai bahan substitusi yang dapat dijadikan *cookies*. Tujuan penelitian ini, yaitu menganalisis dan mengetahui daya terima serta kandungan zat besi pada formulasi *cookies* substitusi tepung ikan teri dan oncom. Penelitian *cookies* substitusi ikan teri dan oncom menggunakan desain *Research and Development* yang terdiri dari empat perlakuan dengan perbandingan tepung terigu, tepung ikan teri, dan oncom yaitu F0 (100:0:0), F1 (75:15:10), F2 (65:20:15), F3 (55:25:20). Pengujian organoleptik oleh 35 panelis tidak terlatih. Pengujian kadar zat besi *cookies* menggunakan metode ICP-OES. Analisis data organoleptik menggunakan uji *Kruskal Wallis* serta analisis kandungan zat besi menggunakan uji *ANOVA* dilanjutkan uji *Duncan*. Hasil uji organoleptik diperoleh formula yang paling disukai panelis yaitu formula kontrol (F0). Substitusi tepung ikan teri serta oncom berpengaruh ($p < 0.05$) terhadap warna, aroma, rasa, dan tekstur *cookies*. Uji kandungan zat besi menunjukkan terdapat perbedaan nyata pada formulasi *cookies* ($p < 0.05$). Kandungan zat besi *cookies* substitusi tertinggi tiap 100gram *cookies* yaitu formula F0 dengan kadar zat besi 3,99 mg. Empat keping *cookies* F0 dan F3 dapat memenuhi kebutuhan zat besi untuk remaja putri melalui makanan selingan berdasarkan AKG.

Kata Kunci: Anemia remaja putri, *Cookies*, Ikan Teri, Oncom