

## ABSTRAK

FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA  
PROGRAM STUDI GIZI  
2024

## ABSTRAK

### NADHIRA FIRQINA BATHANI MODIFIKASI BOLU KUKUS SUBSTITUSI TEPUNG SUKUN DENGAN PEWARNA BUNGA TELANG SEBAGAI CAMILAN SEHAT UNTUK JANTUNG

Kecenderungan pola makan saat ini yaitu tinggi lemak, garam, dan rendah serat dapat menyebabkan penyakit jantung koroner. Salah satu paya untuk mencegah penyakit jantung koroner yaitu dengan menyediakan camilan sehat. Bolu kukus merupakan camilan yang digemari oleh semua kalangan masyarakat. Tepung sukun dapat dijadikan substitusi tepung terigu, sedangkan bunga telang dapat digunakan sebagai pewarna alami makanan dan antioksidan. Tepung sukun mengandung serat lebih tinggi dibandingkan tepung terigu dan rendah lemak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan daya terima, serat kasar, dan aktivitas antioksidan bolu kukus. Jenis penelitian ini *experiment laboratories* dengan desain Rancangan Acak Lengkap (RAL). Rancangan menggunakan empat perlakuan dengan perbandingan tepung terigu: tepung sukun: ekstrak bunga telang yaitu F0 (100:0:0), F1 (95:5:20), F2 (85:15:20), F3 (75:25:20). Analisis daya terima menggunakan uji organoleptik dilakukan oleh 30 panelis tidak terlatih meliputi indikator warna, aroma, rasa, dan tekstur. Analisis serat kasar menggunakan metode (gravimetri) dan aktivitas antioksidan menggunakan metode (DPPH). Hasil analisis uji organoleptik pada parameter warna, aroma, dan tekstur menunjukkan ada perbedaan ( $p < 0,05$ ). F2 merupakan formula terpilih dengan nilai rata-rata daya terima tertinggi. F2 memiliki kandungan serat kasar sebesar 0,45% dan aktivitas antioksidan 73,40%. Bolu kukus substitusi tepung sukun dengan pewarna bunga telang dapat menjadi alternatif camilan sehat untuk jantung bagi usia 19-29 tahun. Pemberian bolu kukus pada F2 dalam memenuhi kebutuhan serat dari makanan selingan 10% dibutuhkan  $\pm 10$  buah bolu kukus. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai daya terima tepung sukun, perlu menggunakan panelis terlatih, memperhatikan suhu penyajian, dan perlu dilakukan uji proksimat pada produk bolu kukus.

**Kata kunci:** Antioksidan, Bolu Kukus, Bunga Telang, Serat Kasar, Tepung Sukun