

ABSTRAK

Tri Wahyuningsih

DAYA TERIMA DAN KANDUNGAN FE PUDING KACANG MERAH DENGAN FLA TEPUNG DAUN KELOR (PUCANGFLOR) SEBAGAI ALTERNATIF KUDAPAN UNTUK MENCEGAH ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

1x + 70 Halaman + 12 Tabel + 10 Lampiran

Anemia termasuk masalah kesehatan umum remaja putri yang dikarenakan oleh kekurangan zat besi, berdampak negatif terhadap kualitas hidup dan perkembangan mereka. Penelitian menganalisis daya terima dan kandungan zat besi (Fe) dalam puding kacang merah dengan fla tepung daun kelor (PUCANGFLOR) sebagai alternatif kudapan pencegah anemia.

Penelitian dilakukan menggunakan desain eksperimental dengan uji organoleptik berdasarkan aspek rasa, aroma, warna, dan tekstur, serta analisis kandungan Fe menggunakan spektrofotometer serapan atom. Sebanyak 25 panelis agak terlatih ikutserta penelitian.

Hasil yang didapatkan formulasi PUCANGFLOR PF2 memperoleh skor daya terima tertinggi dengan rata-rata 3,82 dan kandungan Fe sebesar 1,292 mg/100g. Puding PUCANGFLOR memiliki potensi sebagai kudapan bergizi dan disukai yang dapat membantu mencegah anemia remaja putri.

Remaja putri disarankan untuk mengonsumsi zat besi, salah satunya melalui kudapan PUCANGFLOR sebagai upaya pencegahan anemia. Peneliti selanjutnya sebaiknya meneliti lebih lanjut mengenai daya simpan produk serta menambahkan bahan mengandung vitamin C guna menyokong penyerapan zat besi (Fe).

Kata kunci: Puding kacang merah, daun kelor, daya terima, zat besi, anemia, remaja putri.

Daftar bacaan: 17 buku dan 7 jurnal (2019–2025)

ABSTRACT

Tri Wahyuningsih

ACCEPTANCE AND IRON CONTENT OF RED BEAN PUDDING WITH MORINGA LEAF FLOUR SAUCE (PUCANGFLOR) AS AN ALTERNATIVE SNACK TO PREVENT ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS

1x + 70 Pages + 12 Tables + 10 Appendices

Anemia is a common health issue adolescent girls, primarily caused by iron deficiency, and negatively affects their quality of life and development. This study evaluated the acceptability and iron (Fe) content of red bean pudding with moringa leaf flour sauce (PUCANGFLOR) as an alternative snack to prevent anemia.

An experimental design was applied, including organoleptic tests assessing taste, aroma, color, texture, along with Fe content analysis utilizing atomic absorption spectrophotometry. A total of 25 moderately trained panelists participated in the research.

The outcomes of the research showed that the PUCANGFLOR PF2 formulation achieved the highest acceptability score with an average of 3.82 and an iron (Fe) content of 1.292 mg/100g. PUCANGFLOR pudding has the potential to be a nutritious and appealing snack that can help prevent anemia in adolescent girls.

Adolescent girls are encouraged to consume iron, one of which can be through PUCANGFLOR as a snack to help prevent anemia. Future researchers are advised to further examine the product's shelf life and consider adding ingredients rich in vitamin C to enhance iron (Fe) absorption.

Keywords: Red bean pudding, moringa leaf, acceptability, iron content, anemia, adolescent girls.

References: 17 books and 7 journals (2019–2025)