

ABSTRACT

Making Steamed Sponge with Breadfruit Flour Substitution as a Snack for Hypertension Patients.

Della Ayu Fransisca

Clinical Nutrition Study Program

Faculty of Health

Hypertension is a non-communicable disease that threatens public health. Hypertension is characterized by an abnormal increase in blood pressure. One of the factors that cause hypertension is poor consumption patterns. Low intake of potassium is a nutritional problem that is often found in people with hypertension. The purpose of this study was to determine the characteristics of steamed cake with breadfruit flour substitution as a snack for hypertension sufferers with a laboratory experimental research type and the experimental design used was Completely Randomized Design (CRD). The results showed that the substitution of breadfruit flour could affect the potassium levels in the steamed cake. The more substitution of breadfruit flour, the potassium level will also increase. Breadfruit flour substitution also has an organoleptic effect on steamed sponge cake. The best treatment produced was in treatment P2 with a ratio of 8:2 wheat flour and breadfruit flour, with nutritional content of 293 kcal of energy, 16.04 g of protein, 9.9 g of fat, 39.1 g of carbohydrates, and 451 g of potassium. 44 mg. The serving dose of steamed sponge that is recommended to be consumed as an alternative snack for people with hypertension is 2 times a day, the total weight of the administration is 200 g with a potassium content of 902.08 mg.

Keyword : Breadfruit Flour, Hypertension, Pottasium

ABSTRAK

Pembuatan Bolu Kukus dengan Substitusi Tepung Sukun sebagai Makanan Selingan untuk Penderita Hipertensi.

Della Ayu Fransisca
Program Studi Gizi Klinik
Jurusan Kesehatan

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang mengancam kesehatan masyarakat. Hipertensi ditandai dengan peningkatan abnormal pada tekanan darah. Salah satu faktor yang menyebabkan hipertensi adalah pola konsumsi yang kurang baik. Rendahnya asupan kalium adalah masalah gizi yang sering ditemui pada penderita hipertensi. Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui karakteristik bolu kukus dengan substitusi tepung sukun sebagai makanan selingan untuk penderita hipertensi dengan jenis penelitian eksperimen labolatoris dan rancangan percobaan yang digunakan adalah Rancangan Acak Lengkap (RAL). Hasil penelitian menunjukkan bahwa substitusi tepung sukun dapat mempengaruhi kadar kalium pada bolu kukus. Semakin banyak substitusi tepung sukun maka kadar kalium juga akan semakin meningkat. Substitusi tepung sukun juga berpengaruh secara organoleptik terhadap bolu kukus. Perlakuan terbaik yang dihasilkan terdapat pada perlakuan P2 dengan proporsi perbandingan tepung terigu dan tepung sukun 8 : 2, dengan kandungan gizi energi 293 kkal, protein 16,04 g, lemak 9,9 g, karbohidrat 39,1 g, dan kalium sebanyak 451,44 mg. Takaran saji pemberian bolu kukus yang dianjurkan untuk dikonsumsi sebagai alternatif makanan selingan untuk penderita hipertensi adalah sebanyak 2 kali pemberian sehari, berat total pemberian adalah 200 g dengan kandungan kalium sebanyak 902,08 mg.

Kata Kunci : Hipertensi, Kalium, Tepung Sukun.