

DAFTAR PUSTAKA

- Aika, G. S., dan A. Chandra. 2014. Perbedaan Penurunan Tekanan Darah Sistolik Lanjut Usia Hipertensi Yang Diberi Jus Tomat (*Lycopersicum commune*) dengan Kulit dan Tanpa Kulit. *Journal of Nutrition College*, Vol. 3, No. 1, Hlm. 158 – 162.
- Almatsier, S. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Penerbit PT Gramedia.
- , 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
- , 2010. *Penuntun Diet Edisi Baru*. Jakarta: Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ananto, D. S. 2009. *Buku Pintar Membuat Cake*. Cetakan I. Jakarta: DeMedia.
- Andarwulan N., F. Kusnandar, dan D. Herawati. 2011. *Analisis Pangan*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Andie dan Hadi. 2014. *Kreasi Bolu Kukus Istimewa*. Cetakan I. Surabaya: Lingukata.
- Angka Kecukupan Gizi (AKG). 2013. *Permenkes RI NO 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia*. Jakarta: PERMENKES RI.
- Anies. 2018. *Penyakit Degeneratif “Mencegah dan Mengatasi Penyakit Degeneratif dengan Perilaku dan Pola Hidup Modern yang Sehat”*. Cetakan I. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Anissa. 2011. *Aneka Bolu Kukus Irit Telur*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Asmaraningtyas, D. 2014. *Kekerasan, Warna, Dan Daya Terma Biskuit Yang Disubstitusi Labu Kuning*. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Association of Official Analytical Chemist (AOAC). 1995. *Official Methods of Analysis*. Association of Official Analytical Chemistry.
- Astawan, M. 2008. *Khasiat Warna Warni Makanan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Astawan, M. 2009. *Panduan Karbohidrat Terlengkap*. Jakarta: Dian Rakyat.

- Ayunir, M., Ansharullah, dan Hermanto. 2017. Pengaruh Substitusi Tepung Ampas Tahu Terhadap Komposisi Kimia Dan Organoleptik Roti Manis. *J. Sains dan Teknologi Pangan*, Vol. 2, No. 3, Hlm. 542 – 553.
- Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM). 2016. *Peraturan Kepala Badan Pengawasan Obat dan Makanan Nomor 09 Tahun 2016 Tentang Acuan Label Gizi*. Jakarta: BPOM RI.
- Bhakti, R. 2013. *Karakteristik Fisikokimia dan Organoleptik Cake Beras dengan Proporsi Margarin dan Kacang Merah Kukus*. Skripsi. Program Studi Teknologi Pangan Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Katolik Widya Mandala. Surabaya.
- Dahniar. 2017. *Pengaruh Substitusi Tepung Ampas Tahu Terhadap Kualitas Brownies Bakar*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang. Padang.
- Dalimartha, S., B. T. Purnama., N. Sutarina., Mahendra dan R. Dermawan. 2008. *Care Your Self Hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2013. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Devi, N. 2010. *Nutrition and Food*. Jakarta : PT Kompas Media Nusantara.
- Direktorat Jenderal Hortikultura. 2009. *Produksi Tanaman Buah – Buah Indonesia tahun 2004 – 2009*. Jakarta: Direktorat Jendral Hortikultura.
- Ekayani, I, A. P. H. 2011. Efisiensi Penggunaan Telur dalam Pembuatan Sponge Cake. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*, Vol. 8, No. 2, Hlm. 59 – 74.
- Elisa. 2013. *Bolu Kukus dari Masa ke Masa*. Cetakan I. Surabaya: Linguakata.
- Erdia, F. 2014. *Mudah Membuat Bolu Kukus Hias Untuk Pemula*. Cetakan I. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Falestina, S. S. 2016. *Pemanfaatan Tepung Pisang Dalam Pembuatan Produk Banana Eclair dan Kue Satu Pisang*. Skripsi. Program Studi Teknik Boga Jurusan Pendidikan Teknik Boga dan Busana Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Faridah, A, dkk. 2008. *PATISERI JILID I Untuk SMK*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan, Direktorat Jendral Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan Nasional.

- Fasikah, A.U. 2013. Proporsi Tepung Ampas Tahu dengan Tepung Terigu dan Jumlah Lemak Terhadap Mutu Organoleptik Biskuit Berlemak (Rich Biskuit). *Jurnal boga*, Vol. 2, No.1, Hlm. 18 – 28.
- Fransiska dan Deglas, W. 2017. Pengaruh Penggunaan Tepung Ampas Tahu Terhadap Karakteristik Kimia dan Organoleptik Kue Stik. *Jurnal Teknologi Pangan*, Vol. 8, No. 2, Hlm. 171 – 179.
- Gaw, A., Murphy, M. J., Cowan, R. A., O'Reilly, D. St. J., Stewart, M. J., dan Shepherd, J. 2011. *Biokimia Klinis : Teks Bergambar*. (Alih bahasa Mahode, A. G., dan Marunung, J. ; editor Salim, N., dan Yesdelita, N). Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Hardinsyah dan Supariasa, D. N. 2016. *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Kedokteran EGC.
- Hariati, N., Ansharullah, dan N. Asyik. 2018. Pengaruh Penambahan Tepung Beras Merah (*Oriza nivara L.*) Terhadap Uji Organoleptik dan Proksimat Bolu Kukus. *Jurnal Sains dan Teknologi Pangan*, Vol. 3, No. 1, Hlm. 1006 – 1017.
- Harris, E. D. 2014. *Minerals In Food: Nutrition, Metabolism, Bioactivity*. Lancaster (US): DEStech Publication , Inc.
- Hartono, A., dan S. Gunardi. 2014. *Sinopsis Organ System Kardiovaskular*. Tangerang: Karisma Publishing Group.
- He J, Gu D, Wu X, Chen J, Duan X. 2005. Effect of Soybean Protein on Blood Pressure: A Randomized Controlled Trial. *Ann Intern Med*. 143: 1–9.
- Hendrasty, H. K. 2013. *Bahan Produk Bakery*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Irianto, K. 2015. *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Cetakan I. Bandung: Alfabeta.
- Ismuningsih, Rita. 2013. *Pengaruh Konsumsi Lemak Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Rawat Jalan Di Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Surakarta*. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Junaedi, E., S. Yulianti, dan M.G Rinata. 2013. *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Cetakan I. Jakarta: Fmedia.

- Kaaohao, A., N. Herawati, dan D. F Ayu. 2017. Pemanfaatan Tepung Ampas Tahu Pada Pembuatan Kukis Mengandung Minyak Sawit Merah. *JOM FAPERTA*, Vo. 4, No. 2, Hlm. 1 – 15.
- Kadarwati, M. L. 2015. *Tingkat Pengembangan dan Daya Terima Bolu Kukus Berbahan Dasar Tepung Singkong (Manihot esculenta Crantz) yang Disubstitusi Tepung Kacang Hijau ((Phaseolus radiatus)*. Skripsi. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
- . 2018. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia 2017*. Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat dan Direktorat Gizi Masyarakat.
- Kharie, A dan Tim Dapur Demedia. 2018. *Cake & Bolu Kukus dan Panggang*. Cetakan I. Jakarta: Demedia.
- Khasanah, N. 2012. *Waspadai Beragam Penyakit Degeneratif Akibat Pola Makan*. Yogyakarta: Laksana.
- Kusumastuty, I., D. Widyani, dan E. S Wahyuni. 2016. Asupan Protein dan Kalium Berhubungan dengan Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Rawat Jalan. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, Vol. 3, No. 1, Hlm. 19 – 28.
- Lestari, D. 2010. *Hubungan Asupan Kalium, Kalsium, Magnesium, dan Natrium, Indeks Massa Tubuh, serta Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Wanita Usia 30 – 40 Tahun*. Skripsi. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semarang.
- Lewu, M.N., P.O. Adebola., dan A.J. Afolayan. 2010. Effect Cooking On The Mineral Contents and Anti-Nutritional Factor In Seven Accessions Of Colocasia Esculenta (L.) Schott Growing In South Africa. *Jurnal of Food Composition and Analysis*. 23: 398-393.
- Makmoer, H. 2003. *Roti Manis dan Donat*. Jakarta: PT Graha Pustaka Utama.
- Manurung, R., E. Nasution, dan Z. Lubis. 2016. Daya Terima Cookies Substitusi Tepung Ampas Tahu Dengan Tepung Beras Merah dan Nilai Gizinya. *Jurnal Gizi Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, Vol. 1, No. 2, Hlm. 1 – 8.

- Midayanto, D., dan Yuwono, S. 2014. Penentuan Atribut Mutu Tekstur Tahu untuk Direkomendasikan Sebagai Syarat Tambahan dalam Standar Nasional Indonesia. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, Vol. 2, No. 4, Hlm. 259 – 267.
- Murdani, H. 2010. *Rahasia Membuat Roti Manis*. Cetakan I. Jakarta: Demedia Pustaka
- Mustofa, B. K. 2013. *Studi Eksperimen Pembuatan Telur Gabus dari Bahan Dasar Pati Garut*. Skripsi. Fakultas Teknik Universitas Negeri Semarang.
- Nindyarani, A. K., Sutardi, dan Suparmo. 2011. Karakteristik Kimia, Fisik dan Inderawi Tepung Ubi Jalar Ungu (*Ipomoea Batatas Poiret*) dan Produk Olahannya. *AGRITECH*, Vol. 31, No. 4, Hlm. 273 – 280.
- Negara, J. K., A. K Sio, Rifkhan, M. Arifin, A. Y Oktaviana, Wihansah dan M. Yusuf. 2016. Aspek Mikrobiologis Serta Sensoris (Rasa, Warna, Tekstur, Aroma) Pada Dua Bentuk Penyajian Keju Yang Berbeda. *Ilmu Produksi Dan Teknologi Hasil Peternakan*, Vol. 4, No. 2, Hlm. 286 – 290.
- Nuraini, B. 2015. Risk Factors Of Hypertension. *J MAJORITY*, Vol. 4, No. 5, Hlm. 10 – 19.
- Panjaitan, C. 2014. *Formulasi Cupcake Tinggi Kalium dan Rendah Lemak Berbahan Dasar Singkong dan Pisang Kepok Sebagai Snack Alternatif Penderita Hipertensi*. Skripsi. Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Paramita, S., dan N. Puruhita. 2015. Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Lycopersicum commune*) Terhadap Tekanan Darah Sistole dan Diastole Laki – Laki Hipertensif Usia 40 – 45 Tahun. *Journal of Nutrition College*, Vol. 4, No. 2, Hlm. 110 – 118.
- Prayitno, S. A., R. Tjiptaningdyah, dan F. K Hartati. 2018. Sifat Kimia dan Organoleptik Brownies Kukus Dari Proporsi Tepung Mocaf dan Terigu. *Jurnal Teknologi dan Industri Pertanian Indonesia*, Vol. 10, No. 1, Hlm. 21 – 27.
- Puspitasari, N. A. 2015. Pengaruh Bentuk dan Substitusi Ampas Tahu Terhadap Hasil Jadu Burger Ayam. *Jurnal boga*, Vol. 4, No. 1, Hlm. 183 – 191.
- Putri, T.K., D. Veronika, A. Ismail, A. Karuniawan, A. Maxiselly, W. Irwan, dan W. Sutari. 2015. Pemanfaatan Jenis – Jenis Pisang (banana dan plantain) Lokal Jawa Barat Berbasis Produk Sale dan Tepung. *Jurnal Kultivasi*, Vol. 14, No. 2, Hlm. 63 – 70.

- Rahayu, L.H., R. W Sudrajat, dan E. Rihihapsari. 2016. Teknologi Pembuatan Tepung Ampas Tahu Untuk Produksi Aneka Makanan Bagi Ibu – ibu Rumah Tangga Di Kelurahan GunungPati Semarang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 7, No. 1, Hlm. 68 – 76.
- Rakhmah, Y. 2012. *Studi Pembuatan Bolu Gulung dari Tepung Ubi Jalar (Ipomoea batatas L.)*. Skripsi. Fakultas Pertanian, Universitas Hasanudin. Makasar.
- Ramadhani, Z. A., B. Dwiloka, Y. B. Pramono. 2019. Pengaruh Substitusi Tepung Terigu Dengan Tepung Pisang Kepok (*Musa Acuminata L.*) terhadap Kadar Protein, Kadar Serat, Daya Kembang, dan Mutu Hedonik Bolu Kukus. *Jurnal Teknologi Pangan*, Vol. 3, No. 1, Hlm. 80 – 85.
- Rangkuti, N. 2015. *Pengaruh Substitusi Tepung Pisang Kepok terhadap Kualitas Cookies*. Skripsi. Program Sarjana Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Universitas Negeri Padang. Padang.
- Ridwan, M. dan W. Gotera. 2009. Pengaruh Insulin terhadap Fungsi Kardiovaskular. *Jurnal Penyakit Dalam*. Vol. 10, No. 2, Hlm. 148-155.
- Rismaya, R., E. Syamsir, dan B. Nurtama. 2018. Pengaruh Penambahan Tepung Labu Kuning terhadap Serat Pangan, Karakteristik Fisikokimia dan Sensori Bolu Kukus. *J. Teknologi dan Industri Pangan*, Vol. 29, No. 1, Hlm. 58 – 68.
- Rosalina, Y., L. Susanti, D. Silsia, dan R. Setiawan. 2018. Karakteristik Tepung Pisang dari Bahan Baku Pisang Lokal Bengkulu. *Jurnal Teknologi dan Manajemen Agroindustri*, Vol. 7, No. 3, Hlm. 153 – 160.
- Rosita, D. 2016. *Kajian Pembuatan Gethuk Pisang Tinggi Kalium dari Pisang Kayu (Musa Paradisiaca L. Cv. Kayu) dan Pisang Kepok (Musa Paradisiaca L. Cv. Kepok) Sebagai Alternatif Makanan Selingan Bagi Penderita Hipertensi*. Skripsi. Program Studi Gizi Klinik Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember. Jember.
- Rusdi, B., I. T Maulana, dan R. A Kodir. 2013. Analisis Kualitas Tepung Ampas Tahu. *Jurnal Matematika & Sains*, Vol. 18, No. 2, Hlm. 57 – 60.
- Salma. 2014. *Tetap Sehat Setelah Usia 40*. Cetakan I. Jakarta: Gema Insani.
- Sandjaja, B. Budiman, R. Herartri, N. Afriansyah, M. Soekatri, G. Sofia, Suharyati, Sudikno, dan D. Permaesih. 2009. *Kamus Gizi: Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Penerbit Kompas.

- Sarwono, S.A. 2017. *Pengaruh Proses Pengolahan Terhadap Kadar Kalium Pada Sayuran*. Skripsi. Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Setyadi, D. A. 2016. *Pengaruh Jenis Tepung Pisang (*Musa paradisiaca*) dan Waktu Pemanggangan Terhadap Karakteristik Banana Flakes*. Skripsi. Program Studi Teknologi Pangan Fakultas Teknik Universitas Pasundan. Bandung.
- Setyaningsih, D., A. Apriyantono, dan M. P Sari. 2010. *Analisis Sensori untuk Industri Pangan dan Agro*. Bogor: IPB Press.
- Setyawati, I. 2015. Perbandingan Kadar Total Karoten dan Likopen Ubi Jalar Cilembu (*Ipomoea batatas* Lam.) Selama Proses Pengolahan. *Jurnal Wyata*, Vol. 2, No. 2, Hlm. 177.
- Sufi, S. Y. 2009. *Sukses Bisnis Roti*. Jakarta: Kriya Pustaka.
- Sundari D., Almasyhuri, dan A. Lamid. 2015. Pengaruh Proses Pemasakan Terhadap Komposisi Zat Gizi Bahan Pangan Sumber Protein. *Media Litbangkes*, Vol. 25, No. 4, Hlm. 235 – 242.
- Suryani, N., C.M. Erawati dan S. Amelia. 2018. Pengaruh Proporsi Tepung Terigu Dan Tepung Ampas Tahu Terhadap Kandungan Protein Dan Serat Serta Daya Terima Biskuit Program Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS). *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, Vol. 14, No. 1, Hlm.11 – 25.
- Syarfani., M. F Satrianegara, S. Alam, dan Amriani. 2017. Analisis Kandungan Zat Gizi Biskuit Ubi Jalar Ungu (*Ipomoea batatas* L. Poiret) Sebagai Alternatif Perbaikan Gizi di Masyarakat. *Jurnal teknologi pangan*, Vol. 9, No.2, Hlm. 138 – 132.
- Tarwendah, I. P. 2017. Studi Komparasi Atribut Sensoris dan Kesadaran Merek Produk Pangan. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, Vol. 5, No. 2, Hlm. 66 – 73.
- Utami, A. D. 2016. *Kajian Substitusi Tepung Ubi Jalar (*Ipomoea batatas* L.) dan Penambahan Kurma (*Phoenix dactylifera* L.) Pada Biskuit Fungsional*. Skripsi. Program Studi Teknologi Pangan Fakultas Teknik Universitas Pasundan. Bandung.
- Wati, R. 2013. *Pengaruh Penggunaan Tepung Ampas Tahu sebagai Bahan Komposit Terhadap Kualitas Kue Kering Lidah Kucing*. Skripsi. Jurusan Teknologi Jasa dan Produksi Fakultas Teknik Universitas Negeri Semarang. Semarang

- Winarno, F. G. 2008. *Kimia Pangan dan Gizi: Edisi Terbaru*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Wirawan, G. Suliana, T. Iskandar. 2017. Pemanfaatan Ampas Tahu Untuk Olahan Pangan Dari Limbah Pengolahan Industri Tahu Di Kelurahan TunggulWulung Kota Malang. *Jurnal Akses Pengabdian Indonesia*, Vol. 1, No. 2, Hlm. 64 – 70.
- Zunggaval, R. R. 2017. *Pengaruh Varietas Pisang Terhadap Kualitas Tepung Pisang dan Bolu Kukus*. Skripsi. Program Studi Teknologi Pangan Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Katolik Soegijapranata. Semarang.