

ANALISIS KANDUNGAN SERAT PANGAN, INDEKS GLIKEMIK DAN BEBAN GLIKEMIK PANGAN TRADISIONAL DADIH SUSU SAPI DENGAN PENAMBAHAN SIROP YAKON (*Smallanthus sonchifolius*)

Nurul A'daalah

Abstrak

Diabetes mellitus tipe-2 (DMT2) merupakan salah satu penyakit metabolik dengan prevalensi tinggi dunia yang disebabkan oleh buruknya kualitas asupan makan. Oleh sebab itu, dibutuhkan pangan fungsional alternatif untuk memperbaiki kontrol glikemik penderita DMT2. Penelitian ini bertujuan untuk memformulasikan produk dadih susu sapi dengan penambahan sirop yakon sebagai sumber serat serta rendah indeks glikemik dan beban glikemik. Metode penelitian yang digunakan adalah rancangan acak lengkap (RAL) satu faktor dengan tiga taraf perlakuan. Analisis data variabel serat pangan, indeks glikemik dan beban glikemik menggunakan uji *One Way ANOVA* dan dilanjutkan dengan uji *Duncans Multiple Range Test* (DMRT), sedangkan analisis data untuk uji organoleptik menggunakan uji Kruskal Waalis dan uji lanjutan Mann Whitney. Formulasi terpilih ditentukan dengan menggunakan metode perbandingan eksponensial (MPE). Hasil penelitian ini menunjukkan tidak adanya pengaruh jumlah pemberian sirop yakon terhadap kadar serat pangan ($p=0,114$), indeks glikemik ($p=0,747$) dan beban glikemik ($0,733$). formulasi terpilih ialah produk F3 dengan penambahan jumlah sirop 30%.

Kata kunci: dadih, sirop yakon, serat pangan, indeks glikemik, beban glikemik

ANALYSIS OF DIETARY FIBER, GLYCEMIC INDEX, AND GLYCEMIC LOAD OF TRADITIONAL FOOD DADIH OF COW'S MILK WITH ADDITIONAL YAKON SYRUP (*Smallanthus sonchifolius*)

Nurul A'daalah

Abstract

Type 2 diabetes mellitus (DMT2) is a metabolic disease with a high prevalence in the world that caused by poor quality of food intake. Therefore, alternative functional foods are needed to improve glycemic control in T2DM patients. This study aims to formulate cow's milk curd product with the addition of yacon syrup as a source of fiber and low glycemic index and glycemic load. The research method was a one-factor completely randomized design (CRD) with three treatment levels. Data analysis of dietary fiber, glycemic index and glycemic load used the One Way ANOVA test and continued with the Duncans Multiple Range Test (DMRT), while the data analysis for organoleptic tests used the Kruskal Waalis test and the Mann Whitney follow-up test. The selected formulation was determined using the exponential comparison method (MPE). The results of this study showed that there was no effect of the amount of yacon syrup on dietary fiber ($p = 0.114$), glycemic index ($p = 0.747$) and glycemic load (0.733). The selected formulation is the F3 product with the addition of 30% syrup.

Keywords: dadih, yacon syrup, dietary fiber, glycemic index, glycemic load.