

SNACK BAR TEPUNG SORGUM DAN TEPUNG KELAPA SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN SELINGAN PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2

Raisa Siti Zahra

Abstrak

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan kenaikan kadar gula darah. Konsumsi serat yang cukup dapat membantu mengontrol kadar glukosa darah. Produk *snack bar* merupakan salah satu makanan selingan yang dapat dikonsumsi oleh penderita DM. Tepung sorgum dan kelapa memiliki kandungan tinggi serat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh proporsi tepung sorgum dan tepung kelapa terhadap kandungan gizi, kadar serat pangan, dan sifat organoleptik *snack bar*. Desain penelitian menggunakan Rancangan Acak Lengkap dengan tiga formulasi dan dua kali pengulangan. Rasio formulasi antara tepung sorgum dan kelapa F1 (70:30), F2 (50:50), dan F3 (30:70). Analisis data menggunakan *One Way Analysis of Variance* (ANOVA) untuk analisis kimia dan Analisis *Kruskal-Wallis* untuk uji organoleptik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi tepung sorgum dan tepung kelapa memiliki perbedaan yang nyata ($\text{sig} \leq 0,05$) terhadap kadar abu, protein, lemak, karbohidrat, serat pangan dan hedonik (rasa) *snack bar*. Produk *snack bar* yang paling disukai oleh panelis adalah produk F3 dengan energi sebesar 108,34 kkal, lemak 5,18 g, protein 4,56 g, karbohidrat 10,85 g, dan serat pangan sebesar 10,91 g per 100 g.

Kata Kunci : Diabetes melitus, serat pangan, *snack bar*, tepung sorgum, tepung kelapa

SNACK BAR SORGHUM FLOUR AND COCONUT FLOUR AS ALTERNATIVE SNACKS FOR TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS

Raisa Siti Zahra

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic diseases characterized by an increase in blood sugar levels. Consuming enough fiber can help control blood glucose levels. Snack bar products are a snack that can be consumed by diabetes mellitus patients. Sorghum flour and coconut flour are known to have high fiber content. This research aims to determine the effect of the proportion of sorghum flour and coconut flour on the nutritional content, dietary fiber content, and organoleptic properties of snack bars. The research design used a completely randomized design with three formulations and two repetitions. The formulation ratio between sorghum flour and coconut is F1 (70:30), F2 (50:50), and F3 (30:70). Data analysis used One Way Analysis of Variance (ANOVA) for chemical analysis and Kruskal-Wallis Analysis for organoleptic tests. The research results showed that the proportion of sorghum flour and coconut flour had a significant difference ($\text{sig} \leq 0,05$) on the ash, protein, fat, carbohydrate, dietary fiber and hedonic (taste) content of the snack bar. The snack bar product most liked by the panelists was the F3 product with energy of 108.34 kcal, fat 5.18 g, protein 4.56 g, carbohydrates 10.85 g, and dietary fiber of 10.91 g per 100 g.

Keywords : Diabetes mellitus, dietary fiber, snack bar, sorghum flour, coconut flour