

Analisis Kandungan Energi, Proksimat, dan Serat Pangan Pada Mi Kering dengan Substitusi Tepung Talas dan Tepung Gembus

Velicia¹, Fitriyono Ayustaningwarno¹, Hartanti Sandi Wijayanti¹, Diana Nur Afifah¹

ABSTRAK

Latar belakang: Peningkatan prevalensi diabetes mellitus (DM) terjadi di Indonesia. Tepung talas memiliki indeks glikemik rendah, sedangkan tepung gembus mengandung serat, protein, dan lemak yang tinggi. Kedua bahan ini dapat disubstitusikan pada mi kering sebagai makanan alternatif bagi penderita DM.

Tujuan: Menganalisis kandungan energi, proksimat, serta serat pangan pada mi kering substitusi tepung talas dan tepung gembus.

Metode: Penelitian dengan desain rancangan acak lengkap untuk menganalisis mi kering F0 (kontrol) serta F1, F2, F3, F4 yang dibedakan berdasarkan persentase penggunaan tepung talas dan tepung gembus yaitu (35%:5%), (30%:10%), (25%:15%), dan (20%:20%). Pengujian kandungan energi, karbohidrat, protein, lemak, air, abu, dan serat pangan menggunakan metode perhitungan kalori total, *by Difference*, Kjeldahl, Soxhlet, pengeringan oven, pengabuan kering, dan Multienzim. Formulasi terbaik ditentukan dengan metode *Multiattribute Decision Using A Compensatory Model and Additive Weighting*.

Hasil: Kandungan energi dan karbohidrat menurun, sedangkan protein, lemak, abu, dan serat pangan meningkat seiring bertambahnya penggunaan tepung gembus. Berdasarkan kandungan gizi, mi kering F4 (20%:20%) terpilih sebagai formulasi terbaik dengan kandungan energi 330,84 kkal/100g, protein 9,45%, lemak 3,77%, karbohidrat 64,78%, dan serat pangan 11,44%.

Simpulan: Terdapat pengaruh substitusi tepung talas dan tepung gembus pada mi kering terhadap kandungan energi, karbohidrat, protein, lemak, abu, dan serat pangan.

Kata kunci: diabetes, mi kering, tepung talas, tepung gembus, analisis kandungan gizi

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang