

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, September 2020
Hanna Aditya Pratiwi
060116A014

NILAI INDEKS GLIKEMIK *COOKIES* DAN MUFFIN SUBSTITUSI SUKUN

ABSTRAK

Latar Belakang : Cookies dan muffin makanan selingan yang digemari masyarakat dengan bahan dasar tepung terigu yang memiliki indeks glikemik yang tinggi, sukun memiliki kandungan serat yang tinggi dan mengandung indeks glikemik yang rendah diharapkan tepung sukun ini dapat mengganti sebagian tepung terigu dalam produk cookies dan muffin.

Tujuan: Mengetahui nilai indeks glikemik *cookies* dan *muffin* yang disubstitusi tepung sukun.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian *pre experimental design*. Menggunakan 25 panelis tidak terlatih. Formulasi cookies dan muffin sukun terdiri dari 3 formulasi yaitu, formula 1 tepung terigu : tepung sukun (75% : 25%), formula 2 tepung terigu : tepung sukun (50% : 50%), dan formula 3 tepung terigu : tepung sukun (25% : 75%). Diuji kesukaan dengan kategori skor 1 – 5 (tidak suka, agak suka, netral, suka, dan sangat suka) dan uji indeks glikemik campuran dengan perhitungan indeks glikemik campuran. Analisis statistik tingkat kesukaan menggunakan uji *Kruskal-Wallis*, dengan tingkat kesukaan $\alpha=0,05$

Hasil: Tidak ada perbedaan kesukaan diantara ketiga formulasi. Hasil uji beda pada cookies dan Muffin sukun tidak terdapat perbedaan yang nyata pada komponen rasa, warna, aroma Nilai indeks glikemik formula 1 cookies 58,92, formula 2 cookies 50,13, formula 3 cookies 41,67. Nilai indeks glikemik muffin formula 1 60,87, formula 2 56,25 formula 3 51,72.

Simpulan: Tidak ada perbedaan tingkat kesukaan komponen rasa, warna, aroma, dan tekstur yang pada ketiga formulasi cookies dan muffin. Cookies dan muffin yang memiliki kandungan indeks glikemik rendah terdapat pada formula 3.

Kata Kunci: Cookies, muffin, sukun, indeks glikemik

Kepustakaan: 30 pustaka

Universitas Ngudi Waluyo

Program Studi Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, September 2020
Hanna Aditya Pratiwi
060116A014

GLYCEMIC INDEX VALUE OF COOKIES AND MUFFIN SUBSTITUTION WITH BREAD FRUIT FLOUR

ABSTRACT

Background: Cookies and muffins are people's favourite snacks made from wheat flour mixed with a high glycaemic index. Breadfruit contains high fiber and a low glycaemic index. Breadfruit flour is expected to become the substitution ingredient for wheat flour in cookies and muffins.

Aims: Discover the glycaemic index value in cookies and muffins substituted by breadfruit flour.

Methods: This research is pre-experimental design research, which used 25 untrained panellists. The formulation of breadfruit cookies and muffins consists of three formulations; the first formula, wheat flour : breadfruit flour (75% : 25%), the second formula, wheat flour : breadfruit flour (50% : 50%), and the third formula, wheat flour : breadfruit (25% : 75%). The formulas were fondness tested by categorizing the degree of response into 1 to 5 (dislike, quite like, neutral, like, and very like) and mixed glycaemic index test with mixed glycaemic index calculation. Moreover, the statistical analysis of fondness level used the Kruskal-Wallis test, with $\alpha=0.05$ as the fondness level.

Results: There is no distinction between the taste component, colour, scent, and texture of fondness level from the three formulations of cookies and muffins. Cookies and muffins which have a low glycaemic index are placed on the third formula.

Conclusion: Cookies, muffin, breadfruit, glycaemic index

Keywords: 30 references from 2004 to 2017