

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1. Komposisi kimia kultivar <i>Creole</i> dan <i>Banana</i> umbi garut.....	11
2. Komposisi kimia dan kandungan gizi umbi suweg per 100 g bahan.....	13
3. Kandungan gizi singkong dan produk turunannya.....	14
4. Rerata hasil analisis proksimat oyek dan tiwul garut, suweg dan singkong.....	46
5. Rerata hasil analisis sifat fisiko kimia berbagai jenis oyek dan tiwul.....	52
6. Hasil analisis karbohidrat dan jumlah sampel yang dikonsumsi.....	65
7. Hasil pengukuran indeks glikemik oyek dan tiwul dari berbagai umbi.....	67
8. Beban glikemik oyek dan tiwul garut, suweg dan singkong.....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Struktur molekul pati.....	20
2. Kurva perubahan glukosa darah.....	27
3. Diagram alir pembuatan oyek garut.....	28
4. Diagram alir pembuatan oyek suweg.....	29
5. Diagram alir pembuatan oyek singkong.....	30
6. Diagram alir pembuatan tiwul garut.....	31
7. Diagram alir pembuatan tiwul suweg.....	32
8. Diagram alir pembuatan tiwul singkong.....	33
9. Diagram batang kadar air berbagai jenis oyek.....	47
10. Diagram batang kadar air berbagai jenis tiwul.....	47
11. Diagram batang kadar protein berbagai jenis oyek.....	48
12. Diagram batang kadar protein berbagai jenis tiwul.....	48
13. Diagram batang kadar lemak berbagai jenis oyek.....	48
14. Diagram batang kadar lemak berbagai jenis tiwul.....	49
15. Diagram batang kadar karbohidrat berbagai jenis oyek.....	49
16. Diagram batang kadar karbohidrat berbagai jenis tiwul.....	50
17. Diagram batang kadar serat kasar berbagai jenis oyek.....	50
18. Diagram batang kadar serat kasar berbagai jenis tiwul.....	50
19. Diagram batang kadar abu berbagai jenis oyek.....	51

20.	Diagram batang kadar abu berbagai jenis tiwul.....	51
21.	Diagram batang kadar total pati berbagai jenis oyek.....	53
22.	Diagram batang kadar total pati berbagai jenis tiwul.....	53
23.	Diagram batang kadar amilosa berbagai jenis oyek.....	57
24.	Diagram batang kadar amilosa berbagai jenis tiwul.....	57
25.	Diagram batang kadar amilopektin berbagai jenis oyek.....	57
26.	Diagram batang kadar amilopektin berbagai jenis tiwul.....	57
27.	Diagram batang kadar serat pangan berbagai jenis oyek.....	60
28.	Diagram batang kadar serat pangan berbagai jenis tiwul.....	60
29.	Diagram batang pati resisten berbagai jenis oyek.....	60
30.	Diagram batang pati resisten berbagai jenis tiwul.....	61
31.	Diagram batang daya cerna berbagai jenis oyek.....	64
32.	Diagram batang daya cerna berbagai jenis tiwul.....	64
33.	Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi oyek garut.....	67
34.	Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi oyek suweg.....	67
35.	Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi oyek singkong.....	68
36.	Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi tiwul garut.....	68
37.	Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi tiwul suweg.....	68
38.	Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi tiwul singkong	69
39.	Kurva perubahan glukosa darah relawan 1 pasca konsumsi glukosa murni (50 g).....	70

