

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL.....	viii xi
DAFTAR GAMBAR.....	
I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang dan Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	5
C. Kerangka Pemikiran.....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Pangan Fungsional.....	8
B. Garut (<i>Marantha arundinaceae</i> L.).....	10
C. Suweg (<i>Amorphallus campanullatus</i> Bl).....	12
D. Singkong (<i>Manihot utilissima</i>).....	14
E. Oyek.....	17
F. Tiwul.....	18
G. Pati.....	21
H. Pati Resisten.....	22
I. Indeks Glikemik.....	23
III. BAHAN DAN METODE.....	26
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
B. Bahan dan Alat.....	26
C. Metode Penelitian.....	27
D. Pelaksanaan Penelitian.....	26
1. Pembuatan Oyek.....	28
2. Pembuatan Tiwul.....	31
3. Metode Pengamatan.....	35

1. Analisis Proksimat.....	35
a. Kadar Air.....	35
b. Kadar Abu.....	34
c. Kadar Protein.....	36
d. Kadar Lemak.....	36
e. Kadar Karbohidrat.....	37
f. Kadar Serat Kasar.....	36
2. Analisis Fisikokimia.....	38
a. Kadar Total Pati.....	38
b. Kadar Amilosa dan Amilopektin.....	39
c. Kadar Serat Pangan.....	40
d. Pati Resisten.....	42
e. Daya Cerna Pati.....	43
3. Penentuan IG Oyek dan Tiwul.....	44
4. Beban Glikemik.....	46
 IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Analisis Proksimat.....	47
B. Analisis Sifat Fisikokimia Oyek dan Tiwul.....	50
C. Indeks Glikemik.....	62
D. Beban Glikemik.....	71
 V. SIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Simpulan.....	73
B. Saran.....	74
 DAFTAR PUSTAKA.....	76
 LAMPIRAN.....	80-110

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang dan Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	5
C. Kerangka Pemikiran.....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Pangan Fungsional.....	8
B. Garut (<i>Marantha arundinaceae</i> L.).....	10
C. Suweg (<i>Amorphallus campanullatus</i> Bl).....	12
D. Singkong (<i>Manihot utilissima</i>).....	14
E. Oyek.....	17
F. Tiwul.....	18
G. Pati.....	21
H. Pati Resisten.....	22
I. Indeks Glikemik.....	23
III. BAHAN DAN METODE.....	26
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
B. Bahan dan Alat.....	26
C. Metode Penelitian.....	27
D. Pelaksanaan Penelitian.....	26
1. Pembuatan Oyek.....	28
2. Pembuatan Tiwul.....	31
3. Metode Pengamatan.....	35

3.	Analisis Proksimat.....	35
a.	Kadar Air.....	35
b.	Kadar Abu.....	34
c.	Kadar Protein.....	36
d.	Kadar Lemak.....	36
e.	Kadar Karbohidrat.....	37
f.	Kadar Serat Kasar.....	36
4.	Analisis Fisikokimia.....	38
a.	Kadar Total Pati.....	38
b.	Kadar Amilosa dan Amilopektin.....	39
c.	Kadar Serat Pangan.....	40
d.	Pati Resisten.....	42
e.	Daya Cerna Pati.....	43
3.	Penentuan IG Oyek dan Tiwul.....	44
4.	Beban Glikemik.....	46
IV.	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A.	Analisis Proksimat.....	47
B.	Analisis Sifat Fisikokimia Oyek dan Tiwul.....	50
C.	Indeks Glikemik.....	62
D.	Beban Glikemik.....	71
V.	SIMPULAN DAN SARAN.....	73
A.	Simpulan.....	73
B.	Saran.....	74

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Komposisi kimia kultivar <i>Creole</i> dan <i>Banana</i> umbi garut.....	12
2. Komposisi kimia dan kandungan gizi umbi suweg per 100g bahan.....	14
3. Kandungan gizi singkong dan produk turunannya.....	15
4. Rerata hasil analisis proksimat oyek dan tiwul garut, suweg dan singkong.....	47
5. Rekapitulasi sifat fisikokimia berbagai jenis oyek dan tiwul.....	50
6. Hasil analisis karbohidrat dan jumlah sampel yang dikonsumsi.....	64
7. Hasil pengukuran indeks glikemik oyek dan tiwul dari berbagai umbi.....	66
8. Beban glikemik oyek dan tiwul dari berbagai umbi.....	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Struktur molekul pati.....	21
2. Kurva perubahan glukosa darah.....	28
3. Diagram alir pembuatan oyek garut.....	29
4. Diagram alir pembuatan oyek suweg.....	30
5. Diagram alir pembuatan oyek singkong.....	31
6. Diagram alir pembuatan tiwul garut.....	32
7. Diagram alir pembuatan tiwul suweg.....	33
8. Diagram alir pembuatan tiwul singkong.....	34
9. Diagram batang kadar total pati berbagai jenis oyek.....	51
10. Diagram batang kadar total pati berbagai jenis tiwul.....	51
11. Diagram batang kadar amilosa berbagai jenis oyek.....	55
12. Diagram batang kadar amilosa berbagai jenis tiwul.....	55
13. Diagram batang kadar amilopektin berbagai jenis oyek.....	55
14. Diagram batang kadar amilopektin berbagai jenis tiwul.....	56
15. Diagram batang kadar serat pangan berbagai jenis oyek.....	58
16. Diagram batang kadar serat pangan berbagai jenis tiwul.....	58
17. Diagram batang kadar pati resisten berbagai jenis oyek.....	59
18. Diagram batang kadar pati resisten berbagai jenis tiwul.....	60
19. Diagram batang kadar daya cerna berbagai jenis oyek.....	62
20. Diagram batang kadar daya cerna berbagai jenis tiwul.....	62
21. Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi oyek garut.....	66

22. Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi oyek suweg.....	66
23. Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi oyek singkong.....	67
24. Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi tiwul garut.....	67
25. Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi tiwul suweg.....	67
26. Kurva perubahan kadar glukosa darah relawan 1 setelah mengkonsumsi tiwul singkong.....	68

