

ABSTRAK

Mi merupakan makanan pengganti nasi yang sangat populer di benua Asia khususnya di negara Indonesia. Bahan baku pembuatan mi masih memanfaatkan tepung terigu yang diimpor dari negara lain. Singkong sebagai komoditi pertanian di Indonesia yang mempunyai jumlah sangat banyak, dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku pembuatan mi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui indeks glisemik dan analisis antioksidan mi berbahan baku tepung singkong termodifikasi oleh fungi. Pengujian indeks glisemik penelitian ini menggunakan metode AACC sedangkan analisis antioksidan menggunakan metode DPPH. Indeks glisemik dari penelitian ini mencapai 95,95 dan nilai tersebut masih dalam kategori indeks glisemik tinggi. Pengujian indeks glisemik selama 2 jam dan dilakukan 9 kali pengambilan darah panelis dengan selang waktu 10 menit. Kadar gula darah pengonsumsi mi gathotan naik mencapai titik puncak pada menit ke-15 mencapai 144,79 mg/dL. Pola perubahan kadar gula darah mi gathotan pada menit ke-30 sudah turun secara stabil hingga menit ke-75 mencapai 93,21 mg/dL, tetapi pada menit ke-90 terjadi kenaikan kembali kadar gula darah mencapai 100,93 mg/dL. Kemudian pada menit ke-105 sampai menit ke-120 turun kembali mencapai 77 mg/dL. Aktivitas antioksidan mi gathotan mencapai $7,9003 \pm 0,0517$ mg ekivalen vit E (mg/100g), kandungan fenolnya $14,1254 \pm 0,0312$ mg/100g dan persentase inhibisinya mencapai $84,2654 \pm 0$ %.

Kata Kunci: Mi, singkong gathotan, kadar gula darah, antioksidan.