

Analisa Indeks Glisemik dan Antioksidan Mi Bebas Gluten Tepung Pisang Kepok Kuning

Farida U, Purwandari U, Rakhmawati

*Program Studi Teknologi Industri Pertanian Fakultas Pertanian Universitas Trunojoyo Madura,
Bangkalan, PO BOX 2 Kamal 69162*

Email: ruby.vibi@gmail.com

Phone: 087710043626

Tingkat konsumsi mi terigu di Indonesia sangat tinggi sehingga tingkat impor terigu semakin tahun semakin tinggi. Karena itu dibutuhkan alternatif bahan pangan pengganti terigu salah satunya adalah tepung pisang yang memiliki kandungan vitamin, mineral, dan pisang merupakan sumber pati resistan dan senyawa fenolik. Penelitian ini menguji indeks glisemik dan antioksidan mi pisang yang terbuat dengan tepung singkong termodifikasi sebagai agen pembentuk tekstur dengan proporsi perbandingan tepung singkong termodifikasi dan air (gel) 1:9 serta proporsi gel dan tepung pisang 1:1,20. Indeks glisemik diukur menggunakan 10 panelis terdiri dari 3 laki-laki dan 7 perempuan non diabetes dengan BMI 19-24 dan umur 20-22 tahun. Roti terigu digunakan sebagai kontrol. Pada penelitian ini, hasil analisis variansi waktu berpengaruh nyata terhadap nilai kadar gula darah ($P < 0,05$). Nilai indeks glisemik mencapai 98,17 mg/dL, yang kemungkinan besar disebabkan oleh tepung singkong termodifikasi yang digunakan sebagai pembentuk tekstur mi. Aktivitas antioksidan diperoleh dengan metode DPPH untuk mengetahui presentasi inhibisi, ekivalen vitamin E dan kadar fenol yang ada pada mi pisang. Aktivitas antioksidan mi pisang mencapai $91,6135 \pm 0,1289$ % inhibisi, dengan ekivalen vitamin E $54,6056 \pm 0,0805$ mg/100g dan kadar fenol $304,3300 \pm 1,7873$ mg/100g.

Kata kunci: tepung pisang, singkong termodifikasi, indeks glisemik, aktivitas antioksidan