

Yasmin Wulan Prasasti. NPM 21.03.3.1.1.00039. Pengaruh Variasi Pemasakan terhadap Sifat Fisik, Kimia, dan Kadar Pati Resisten (*Resistant Starch*) Ubi Talas (*Colocasia esculenta* L.). Di bawah bimbingan **Dr. Supriyanto, S.TP., M.P.** dan **Dr. Darimiyya Hidayati, S.TP., M.P.**

ABSTRAK

Pati resisten merupakan komponen karbohidrat kompleks yang tidak tercerna di usus halus, namun difermentasi oleh mikrobiota usus besar dan bermanfaat bagi kesehatan. Salah satu cara peningkatan kadar pati resisten adalah melalui pemanasan dan pendinginan, tetapi pengaruh variasi pemasakan konvensional pada ubi talas belum banyak diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh variasi metode pemasakan (kontrol, perebusan, pengukusan, dan penggorengan) terhadap sifat fisik (warna dan tekstur), kimia (kadar air dan abu), serta kadar pati resisten ubi talas. Metode yang digunakan adalah Rancangan Acak Lengkap (RAL) non faktorial dengan dua ulangan, dan analisis data dilakukan menggunakan ANOVA dan uji DMRT pada taraf 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variasi pemasakan memberikan pengaruh nyata terhadap warna, tekstur, kadar air, dan pati resisten, namun tidak berpengaruh nyata terhadap kadar abu. Perlakuan perebusan memberikan peningkatan kadar pati resisten dengan nilai sebesar 37%. Temuan ini mengindikasikan bahwa metode pemasakan konvensional dapat menjadi pendekatan praktis untuk meningkatkan nilai fungsional ubi talas sebagai sumber pangan kaya pati resisten.

Kata kunci: *metode pemasakan, pangan fungsional, pati resisten, talas*

Yasmin Wulan Prasasti. NPM 21.03.3.1.1.00039. *The Effect of Cooking Variations on the Physical and Chemical Properties, and Resistant Starch Content of Taro (*Colocasia esculenta* L.). Under the guidance of Dr. Supriyanto, S.TP., M.P. and Dr. Darimiyya Hidayati, S.TP., M.P.*

ABSTRACT

Resistant starch is a complex carbohydrate component that is not digested in the small intestine but is fermented by the microbiota of the large intestine and is beneficial to health. One way to increase resistant starch content is through heating and cooling, but the effects of conventional cooking methods on taro have not been widely studied. This study aims to analyze the effects of cooking method variations (control, boiling, steaming, and frying) on the physical properties (color and texture), chemical properties (moisture and ash content), and resistant starch content of taro. The method used was a non-factorial Complete Randomized Design (CRD) with two replications, and data analysis was performed using ANOVA and the DMRT test at the 5% level. The results showed that cooking variations had a significant effect on color, texture, moisture content, and resistant starch content, but did not significantly affect ash content. Boiling treatment increased the resistant starch content by 37%. This finding indicates that conventional cooking methods can be a practical approach to enhancing the functional value of taro as a food source rich in resistant starch.

Key words: cooking methods, functional food, resistant starch, taro