

## **ANALISIS PROKSIMAT DAN SERAT PANGAN KUKIS BERBASIS GEMBILI (*DIOSCOREA ESCULENTA*) DAN *PSYLLIUM HUSK* SEBAGAI PANGAN FUNGSIONAL ANTI OBESITAS – DIABETES**

### **INTISARI**

**Oleh:**

**Aisa Nur Rahma, Lily Arsanti Lestari, Rahadyana Muslichah**

Obesitas dan diabetes menjadi permasalahan utama kesehatan di dunia, mencakup di Indonesia. Data terbaru menyebutkan bahwa pada tahun 2018 prevalensi obesitas di Indonesia telah mencapai 52.8%. Suatu metode yang bisa diterapkan guna mengurangi tingkat prevalensi obesitas dan diabetes di Indonesia yaitu dengan menciptakan pangan fungsional berbasis pangan lokal yang menjadi makanan selingan seperti pembuatan produk kukis berbahan dasar Gembili (*Dioscorea esculenta*) dan *Psyllium husk*. Riset diselenggarakan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruhnya substitusi tepung terigu dengan tepung Gembili dan *Psyllium husk* terhadap analisis proksimat dan kandungan serat pangan. Penelitian ini menggunakan percobaan rancangan acak lengkap dengan 4 perlakuan yang terdiri dari F0, F1, F2, F3 dengan persentase tepung Gembili dan *Psyllium husk* berturut-turut sebesar 0:0, 10:30, 20:20, 30:10 dengan 3 kali pengulangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar proksimat dari kukis berbahan dasar tepung Gembili dan *Psyllium husk* yang mencakup kadar air, kadar abu, dan kadar protein total tertinggi ditunjukkan oleh F3 masing-masing sebesar 11,90%; 2,15% dan 6,76%; kadar lemak terendah (23,09%) ditunjukkan oleh F1, dan kadar karbohidrat tertinggi pada F1 (57,48%). Sedangkan untuk kandungan serat pangan tertinggi ditunjukkan oleh F3 (8,09%). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh substitusi tepung terigu dengan tepung Gembili dan *Psyllium husk* terhadap analisis proksimat yang mencakup kadar abu total, protein total, lemak total, dan karbohidrat total tetapi tidak terdapat pengaruh pada kadar air total. Di samping itu, kukis dengan substitusi tepung Gembili tertinggi menghasilkan kandungan serat pangan pada yang paling tinggi di antara semua formulasi.

Kata kunci: Gembili, kukis, pangan fungsional, proksimat, *Psyllium husk*, serat

**PROXIMATE AND FIBER ANALYSIS OF COOKIES BASED ON GEMBILI  
(*DIOSCOREA ESCULENTA*) AND *PSYLLIUM HUSK* AS FUNCTIONAL FOOD  
ANTI OBESITY – DIABETES**

**ABSTRACT**

**By:**

**Aisa Nur Rahma, Lily Arsanti Lestari, Rahadyana Muslichah**

Obesity and diabetes are major health problems in the world, including in Indonesia. The latest data states that in 2018 the prevalence of obesity in Indonesia has reached 52.8%. A method that can be applied to reduce the prevalence rate of obesity and diabetes in Indonesia is by creating functional foods based on local food that can also be used as snacks, such as making cookie products made from Gembili (*Dioscorea esculenta*) and *Psyllium husk*. The research was conducted with the aim of determining the effect of substitution of wheat flour with Gembili flour and *Psyllium husk* on proximate analysis and dietary fiber content. This study used a randomized design experiment complete with 4 treatments consisting of F0, F1, F2, F3 with the percentage of Gembili flour and *Psyllium husk* respectively of 0:0, 10:30, 20:20, 30:10 with 3 repetitions. The results showed that the proximate content of cookies made from Gembili flour and *Psyllium husk* which included the highest water content, ash content, and total protein content was shown by F3 at 11.90% each; 2.15% and 6.76%; The lowest fat content (23.09%) is indicated by F1, and the highest carbohydrate content is at F1 (57.48%). As for the highest dietary fiber content is shown by F3 (8.09%). The conclusion of this study, there was an effect of substitution of wheat flour with Gembili flour and *Psyllium husk* on proximate analysis which includes the content of total ash, total protein, total fat, and total carbohydrates, but there was no effect on total water content. In addition, it was also found that cookies with the highest Gembili flour substitution produced the highest dietary fiber content among all formulations.

**Keywords:** Gembili, cookies, functional food, proximate, *Psyllium husk*, fiber