

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| LEMBAR PERNYATAAN | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI..... | vi |
| DAFTAR TABEL..... | viii |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| INTISARI..... | x |
| ABSTRACT | xi |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1. Latar Belakang..... | 1 |
| 1.2. Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3. Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.4. Manfaat Penelitian | 4 |
| 1.5. Keaslian Penelitian..... | 5 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA..... | 9 |
| 2.1. Telaah Pustaka..... | 9 |
| 2.1.1. Diabetes Mellitus | 9 |
| 2.1.2. Indeks Glikemik | 12 |
| 2.1.3. Ubi Garut (<i>Marantha arundinacea</i>) | 19 |
| 2.1.4. Porang..... | 24 |
| 2.1.5. Glukomanan..... | 26 |
| 2.1.6. Gula Tebu | 30 |
| 2.1.7. Gula Aren..... | 33 |
| 2.2. Kerangka Teori Penelitian..... | 38 |
| 2.3. Kerangka Konsep Penelitian | 39 |
| 2.4. Hipotesis | 39 |
| BAB 3 METODE PENELITIAN..... | 40 |
| 3.1. Jenis dan Rancangan Penelitian | 40 |
| 3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian | 40 |
| 3.3. Sampel dan Subyek Penelitian | 41 |
| 3.4. Variabel Penelitian | 43 |
| 3.5. Definisi Operasional..... | 43 |
| 3.6. Instrumen Penelitian | 45 |

| | | |
|--|--|----|
| 3.7. | Langkah Manajemen dan Analisis Data | 46 |
| 3.8. | Etika Penelitian | 47 |
| 3.9. | Jalannya Penelitian | 47 |
| BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN | | 51 |
| 4.1. | Hasil..... | 51 |
| 4.1.1. | Karakteristik Subyek | 51 |
| 4.1.2. | Uji Sifat Kimia..... | 52 |
| 4.1.3. | Uji Indeks Glikemik..... | 53 |
| 4.1.4. | Penerapan Kukis Garut dalam Diet Diabetes Mellitus (DM)..... | 56 |
| 4.2. | Pembahasan | 57 |
| 4.2.1. | Karakteristik Subyek | 57 |
| 4.2.2. | Uji Sifat Kimia..... | 57 |
| 4.2.3. | Uji Indeks Glikemik..... | 65 |
| 4.2.4. | Penerapan Kukis Garut dalam Diet Diabetes Mellitus (DM)..... | 70 |
| BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN | | 72 |
| 5.1. | Simpulan | 72 |
| 5.2. | Saran | 72 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | | 73 |
| LAMPIRAN | | 81 |
| LAMPIRAN 1. Sertifikat P-IRT | | 81 |
| LAMPIRAN 2. Lembar Informasi Subyek | | 82 |
| LAMPIRAN 3. Lembar Persetujuan Subyek | | 85 |
| LAMPIRAN 4. Lembar Identitas Subyek | | 86 |
| LAMPIRAN 5. Ethical Clearance | | 87 |
| LAMPIRAN 6. Surat Keterangan Sehat..... | | 88 |
| LAMPIRAN 7. Hasil Analisis Gram Pemberian Kukis..... | | 89 |
| LAMPIRAN 8. Hasil Uji Respon Glukosa Darah | | 90 |
| LAMPIRAN 9. Rekomendasi Jumlah Pemberian Kukis | | 92 |
| LAMPIRAN 10. Hasil Analisis Statistik..... | | 93 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2. 1 Pembagian Jadwal dan Jumlah Diet Diabetesi..... | 12 |
| Tabel 2. 2 Perbedaan Kandungan Gizi Umbi Garut dan Tepung Garut..... | 23 |
| Tabel 2. 3 Kandungan Gizi Umbi Porang per 100 Gram | 26 |
| Tabel 2. 4 Kandungan Tepung Konyaku | 28 |
| Tabel 2. 5 SNI Gula Tebu/Gula Pasir..... | 32 |
| Tabel 2. 6 Indeks Glikemik Berbagai Jenis Pemanis..... | 33 |
| Tabel 2. 7 SNI Gula Aren | 34 |
| Tabel 2. 8 Perbandingan Komposisi Mineral Gula Aren dan Gula Tebu..... | 36 |
| Tabel 4. 1 Karakteristik Demografi dan Klinis Subyek | 51 |
| Tabel 4. 2 Nilai Hasil Uji Proksimat 2 Varian Kukis Garut..... | 52 |
| Tabel 4. 3 Nilai Hasil Uji Kandungan Karbohidrat 2 Varian Kukis Garut | 52 |
| Tabel 4. 4 Nilai Hasil Uji Kandungan Serat 2 Varian Kukis Garut..... | 53 |
| Tabel 4. 5 Jumlah Pemberian Pangan Standar dan Kukis Setara 25 g <i>Available Carbohydrate</i> | 54 |
| Tabel 4. 6 Respon Glukosa Darah Terhadap Larutan Glukosa dan Kukis Garut | 54 |
| Tabel 4. 7 Indeks Glikemik Dua Varian Kukis | 55 |
| Tabel 4. 8 Beban Glikemik Dua Varian Kukis..... | 56 |
| Tabel 4. 9 Proporsi Protein, Lemak, Karbohidrat, dan Total Energi per 100 gram kukis | 56 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Umbi Garut..... | 22 |
| Gambar 2. 2 Diagram Alur Pembuatan Tepung Garut | 24 |
| Gambar 2. 3 Struktur Unit Glukomanan | 27 |
| Gambar 2. 4 Kerangka Teori Penelitian | 38 |
| Gambar 2. 5 Kerangka Konsep Penelitian | 39 |
| Gambar 3. 1 Diagram Alur Produksi Kukis..... | 48 |
| Gambar 4. 1 Alur Penerimaan Responden | 51 |
| Gambar 4. 2 Respon Glukosa Darah Responden Setelah Pemberian Makanan Standar dan Uji..... | 54 |