

UJI DAYA TERIMA DAN KADAR SERAT BISKUIT BEKATUL (BISTUL) SEBAGAI ALTERNATIF KUDAPAN PENCEGAHAN OBESITAS

ABSTRAK

Latar Belakang Obesitas atau kelebihan berat badan adalah salah satu penyakit yang terlihat jelas dari penumpukan jaringan lemak berlebih di dalam tubuh. Masalah ini disebabkan oleh ketidakseimbangan antara intake energi yang masuk dan energi yang keluar. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan obesitas sebagai masalah kesehatan kronis terbesar. Oleh karena itu produk olahan dari bekatul dan bertujuan untuk mencaritahu formulasi yang optimal sesuai dengan standart nasional pembuatan biskuit dan diharapkan biskuit ini bis memberikan efek penurunan berat badan pada penderita obesitas. **Tujuan.** Dilaksanakan penelitian adalah mengidentifikasi uji organoleptik dan menganalisis kadar serat biskuit bekatul (BISTUL) sebagai alternatif kudapan pencegahan Obesitas. **Metode.** Pada penelitian ini adalah eksperimen terhadap 4 formulasi tepung terigu dengan penambahan bekatul dengan formulasi F1 (100:0), F2 (50:50), F3 (70:30), F4 (30:70), menggunakan uji skala kesukaan pada organoleptik berupa rasa suka atau tidak suka terhadap warna, rasa, aroma dan tekstur biskuit bekatul (BISTUL) disajikan kepada 25 panelis, sedangkan untuk menguji kadar serat biskuit bekatul (BISTUL) menggunakan Metode Gravimetri formulasi F1 (kontrol) dan formulasi terbaik hasil uji organoleptik. **Hasil.** Penelitian menunjukkan sifat organoleptik, formulasi yang paling disukai oleh panelis adalah sampel F2 dengan perbandingan tepung terigu dan bekatul 50:50 tertinggi pada sampel F2 sebesar 4,75% per 100 gram. Kebutuhan serat 30 hingga 50 g serat makanan / hari untuk mencegah penyakit degeneratif. Dengan kudapan diberikan 3x dengan porsi 10% dari kebutuhan harian = $10\% \times 30 \text{ g} = 3 \text{ g}$. Jadi kebutuhan serat per porsi kudapan adalah $\pm 10\%$ dari kebutuhan sebesar 2,7 - 3,3 g, 100gr biskuit bekatul (BISTUL) memenuhi kebutuhan serat per porsi kudapan karena mengandung serat sebesar 4,75 g setara dengan 6 keping biskuit

Kata kunci: *Obesitas, serat, bekatul, BISKUIT*

TEST OF ACCEPTANCE AND FIBER LEVEL OF BRAN BISCUIT (BISTUL) AS AN ALTERNATIVE OBESITY SNACK

ABSTRACT

Background Obesity or overweight is a disease that can be seen clearly from the accumulation of excess fat tissue in the body. This problem is caused by an imbalance between the incoming and outgoing energy intake. The World Health Organization (WHO) defines obesity as the biggest chronic health problem. Therefore, the product is processed from bran and aims to find an optimal formulation in accordance with the national standard for making biscuits and it is hoped that these biscuits will give a weight loss effect in obese sufferers. The aim of the research was to identify organoleptic tests and to analyze the fiber content of rice bran biscuits (BISTUL) as an alternative snack for obese sufferers. The method in this study was an experiment on 4 wheat flour formulations with the addition of bran with the formulations F1 (100: 0), F2 (50:50), F3 (70:30), F4 (30:70), using the organoleptic preference scale test. In the form of liking or disliking the color, taste, aroma and texture of bran biscuits (BISTUL) were presented to 25 panelists, while to test the fiber content of the bran biscuits (BISTUL) using the Gravimetric Method, F1 formulation (control) and the best formulation of the organoleptic test results. Results. The study showed organoleptic properties, the most preferred formulation by the panelists was sample F2 with the highest ratio of flour and rice bran 50:50 in sample F2 of 4.75% per 100 grams. Fiber needs 30 to 50 g of dietary fiber / day to prevent degenerative diseases. With snacks given 3 times with a portion of 10% of daily needs = $10\% \times 30 \text{ g} = 3 \text{ g}$. So the fiber requirement per snack portion is $\pm 10\%$ of the 2.7 - 3.3 g requirement, 100gr of bran biscuits (BISTUL) meet the fiber requirement per snack portion because it contains 4.75 g of fiber, equivalent to 6 biscuits.

Key words: Obesity, fiber, bran, biscuits