

## **UJI DAYA TERIMA DAN KADAR SERAT PADA PUDING BEKATUL DAN PISANG BAGI OBESITAS**

### **ABSTRAK**

Obesitas adalah suatu penyakit serius yang dapat mengakibatkan masalah emosional dan sosial. Penyebab terjadinya obesitas dipengaruhi oleh genetik dan lingkungan. Oleh karena itu seseorang yang menderita obesitas dianjurkan untuk mengkonsumsi serat dalam jumlah cukup, serat salah satunya terdapat dalam bekatul atau biji ari beras. Peran bekatul sebagai sumber pangan fungsional dapat dilihat dari komponen bioaktif dan serat pangannya. Produksi bekatul yang melimpah di Indonesia tidak berbanding lurus dengan pemanfaatannya. Padahal berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa pangan fungsional bekatul memiliki kandungan zat gizi tinggi dan dapat mencegah berbagai penyakit degeneratif. Oleh karena itu, perlu dibuat inovasi yang berbahan dasar bekatul dan salah satunya adalah puding Bekatul dan Pisang.

Metode eksperimental yang digunakan pada penelitian ini. Penelitian ini melibatkan 30 orang semi panelis untuk uji daya terima meliputi warna, rasa, aroma dan tekstur yang kemudian hasil dari uji daya terima dilakukan uji kadar karbohidrat menggunakan metode Luff Schoorl dengan alat Spektrofotometri.

Kesimpulanya Berdasarkan sifat organoleptik, formulasi yang paling disukai oleh panelis adalah formulasi bekatul : pisang = 1:2 dengan skor 4,09.

Kadar serat puding bekatul pisang pada formulasi 1:2 sebesar 7,54% pada puding kontrol sebesar 0,09%.

Kata kunci: *obesitas, serat, bekatul dan pisang*

## POWER TEST AND FIBER LEVELS IN BEKATUL AND BANANA PUDDING FOR OBESITY

### ABSTRACT

Obesity is a serious disease that can cause emotional and social problems. The cause of obesity is influenced by genetics and the environment. Therefore a person suffering from obesity is recommended to consume sufficient amounts of fiber, one of which is contained in rice bran or seeds. The role of rice bran as a functional food source can be seen from its bioactive components and food fiber. Abundant rice production in Indonesia is not directly proportional to its utilization. Whereas various studies have shown that rice bran functional food has a high nutrient content and can prevent various degenerative diseases. Therefore, it is necessary to make innovations based on rice bran and one of them is rice bran and banana pudding.

The experimental method was used in this study. This study involved 30 semi-panelists for acceptability testing including color, taste, aroma and texture which then the results of the acceptability test were carried out carbohydrate levels using the Luff Schoorl method with the Spectrophotometry.

Conclusions Based on the organoleptic nature, the formulation most favored by panelists is the rice bran: banana = 1: 2 formulation with a score of 4.09.

The fiber content of banana bran pudding in formulation 1: 2 was 7.54% while the control pudding was 0.09%.

Keywords: *obesity, fiber, rice bran and bananas*