

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nugget merupakan produk olahan makanan siap saji. Makanan ini dalam penyajiannya dapat dilakukan secara cepat agar dapat segera dikonsumsi. Nugget disukai oleh masyarakat, hal ini dikarenakan rasanya yang enak, harganya terjangkau, rendah energi dan rendah serat. Kandungan dalam nugget ayam diantaranya air 60 g, protein 12 g, lemak 20 g, karbohidrat maksimum 25 g dan kalsium maksimal 30 mg[”]. Indeks glikemik pada nugget umumnya yaitu 46 (Foster, 2002). Nugget ayam merupakan produk yang cara pengolahannya dengan menggiling daging yang didalamnya ditambahkan bahan pengikat dan dilakukan pencampuran oleh beragam bumbu yang kemudian ditambah dengan tepung panir sebagai selimutnya (*batter*) dan yang selanjutnya dilakukan *pre-frying* dan kemudian dilakukan pengemasan serta pembekuan untuk menjamin dan mempertahankan kualitas olahan (Mawati et al., 2017). Bahan pengisi pada nugget biasanya tepung terigu, yang didalamnya banyak terkandung protein dalam bentuk gluten berfungsi untuk membantu terbentuknya tekstur yang kenyal pada produk (Kusumaningrum, 2013).

Bahan tambahan sebagai pengisi nugget selain tepung terigu dan tepung tapioka banyak dijumpai. Pada penelitian ini sedikit berbeda, peneliti menggunakan labu kunung sebagai bahan campuran nugget. Selain sebagai

bahan campuran pada nugget, labu kuning juga menambah serat dan nilai gizi. Berdasarkan uji resep yang sudah dilakukan, labu yang dikukus baik digunakan sebagai bahan campuran, karena memiliki tekstur yang lembut, warnanya yang menarik dan berserat. Labu kuning juga mengandung vitamin A (180 SI), Vitamin (52 mg/100 gram). Besi (1,4 mg/100 gram), provitamin A nabati dan β karoten 767 $\mu\text{g/g}$ yang didalamnya turut terkandung karbohidrat yang berfungsi sebagai serat (6,6 mg/100 gram) (Gardjito, et.al. 2006). Senyawa yang terkandung didalam labu kuning yaitu β karoten dan flavenoid dimana senyawa tersebut dapat berperan dalam menghambat laju aktivitas radikal bebas dalam stres oksidatif yang penyebabnya ialah hiperglikemia (Fathonah, 2014). Menurut (Fathonah dkk, 2014) Vitamin C dan E memiliki peranan dalam menurunkan radikal bebas dan dapat menjadikan kerusakan oksidatif menjadi lebih lambat. Menurut (TKPI 2017) labu kuning memiliki serat sebanyak 2,7 gram/100 gram. Labu kuning sangat mudah didapat, mudah ditemui dan bernilai ekonomis. Labu kuning sudah banyak di inovasikan menjadi olahan yang berasa manis seperti olahan kue, cookies dan lainnya. Menurut (Mendosa, 2008) indeks glikemik pada labu kuning kukus adalah 64.

Indeks glikemik yaitu kecepatan respon glukosa darah didalam tubuh setelah mengkonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat sehingga dapat menjadi penyebab dalam peningkatan glukosa darah, dimana metode yang dapat diterapkan dalam melakukan klasifikasi karbohidrat atas respon glukosa darah yakni dilaksanakan 2 jam sesudah makan. (Septianingrum dkk, 2016). Indeks glikemik mendapat pengaruh dari beberapa hal antara lain yaitu

pengolahan dan jenis bahan pangan, amilosa, amilopektin, serat, lemak dan protein (Rimbawan dan Siagian, 2004). Bahan pangan yang indeks glikemiknya rendah ataupun tinggi dapat diklasifikasikan berdasarkan kecepatan pencernaan, penyerapan glukosa dan fluktuasi kadarnya pada darah (Arif, 2013).

Berdasarkan penelitian (Avianty, 2014) bahan pangan yang berindeks glikemik rendah dapat berguna dalam perbaikan sensitivitas insulin serta dapat mengurangi laju glukosa yang nantinya akan berpengaruh pada kadar glukosa dalam darah. Menurut penelitian (Rahayu, 2018) didapati kadar indeks glikemik yang ada pada “nugget ayam campuran jamur tiram putih” sebesar 68,28 dimana nilai ini masuk dalam kategori sedang (55-70). Jika dibanding dengan indeks glikemik pada nugget ayam, maka “nugget ayam campuran jamur tiram putih” ini memiliki kadar indeks glikemik yang lebih tinggi tetapi jika dibanding dengan nugget jamur tiram putih maka nilainya lebih rendah. Hal ini didasari dari kandungan lemak yang lebih besar dibanding dari nugget jamur tiram putih dan kandungan lemak yang lebih rendah jika dibanding dengan nugget ayam. Kandungan lemak yang terdapat pada nugget ini sejumlah 10,8%/100gram (Islamika,2017). Sedangkan menurut (Foster, 2002) indeks glikemik nugget ayam adalah 46.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik untuk mengetahui indeks glikemik pada formulasi nugget ayam yang komposisinya ditambah labu kuning yang paling disukai panelis. Penambahan labu kuning pada pembuatan nugget ayam ini diharapkan dapat menghasilkan indeks glikemik yang rendah-

sedang sehingga aman dikonsumsi oleh kalangan masyarakat terkecuali seseorang yang memiliki masalah glukosa darah.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana nilai indeks glikemik nugget ayam yang ditambahkan labu kuning (*Cucurbita moschata*) ?

C. Tujuan Penelitian

1. Umum

Untuk mengetahui nilai indeks glikemik nugget ayam dengan labu kuning (*Cucurbita moschata*)

2. Khusus

- a. Untuk mendeskripsikan respon glukosa terhadap pangan acuan glukosa pada menit 0, 30, 60, 90, 120
- b. Untuk mendeskripsikan respon glukosa terhadap nugget ayam dengan labu kuning (*Cucurbita moschata*) pada menit 0, 30, 60, 90, 120
- c. Untuk mendeskripsikan perbedaan terhadap glukosa dan pangan uji nugget ayam dengan labu kuning (*Cucurbita moschata*)
- d. Mendeskripsikan indeks glikemik nugget ayam dengan labu kuning (*Cucurbita moschata*)

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memperkaya wawasan serta pengetahuan bagi peneliti terhadap indeks glikemik nugget ayam dengan labu kuning (*Cucurbita Moschata*).

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan referensi tambahan ataupun bahan pembelajaran bagi mahasiswa yang akan melaksanakan penelitian serupa.

3. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat terkait dengan indeks glikemik nugget ayam dengan labu kuning (*Cucurbita moschata*, Durh).

