

**KADAR BETAKAROTEN, KADAR SERAT
DAN DAYA TERIMA MI BASAH
DENGAN SUBSTITUSI TEPUNG LABU KUNING
(*Cucurbita moschata Durch Ex Poir*)**

Artikel Penelitian

Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan
Studi pada Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro



Disusun oleh :

NURBERTA FEBRIARTI MARLINA

G2C 006 038

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2010**

BETACAROTENE CONTENT, FIBER AND ACCEPTABILITY OF WET NOODLES WITH YELLOW PUMPKIN (*Cucurbita moschata* Durch Ex Poir) FLOUR SUBSTITUTION

Nurberta Febriarti Marlina*, Diana Nur Afifah**

ABSTRACT

Background : The consumption of noodles as the substitute of rice was increasing because some reasons : practical, easy cooked and easy served. The consumption of local food could be optimized after processing it into an acceptable and practical shape. The betacarotene and fiber peolple intake more less than recommendation. In this study, wet noodles was substituted with yellow pumpkin flour.

Objective : To determine the amount of betacarotene, fiber and the acceptability of wet noodles with yellow pumpkin flour substitution.

Method : This study included experimental research with completely randomized design with 4 levels treatment substitution (0, 10, 20, and 30%). Statistic analysis of betacarotene content and fiber used *One Way ANOVA* with CL 95% while acceptability used *Friedman* test with CI 95% continued with *Wilcoxon* test.

Result : The difference of percentage substitution yellow pumpkin flour had effect in betacarotene, fiber and acceptability that consist of colour, smell and taste. The 20% substituted wet noodles still accepted by panelist.

Conclusion : The acceptability substitution range was 10-20%. The yellow pumpkin flour 20% substitution in 100 grams wet noodles fulfilled 3520µg equivalent with 97.7% and 117.3% sufficiency amount for 13-65 years old and children 7-9 years old also female 19-65 years old that recommended was 3000 µg and 3600µg. Fiber content wasnot effective for fulfil the recommendation from FDA and sufficiency of fiber for adult in Indonesia because it only supply 10.54% and 8.783%.

Key Words : yellow pumpkin flour, wet noodles, betacarotene, fiber, and acceptability

* Student of Nutrition Science Program, Medical Faculty of Diponegoro University.

**Lecturer of Nutrition Science Program, Medical Faculty of Diponegoro University.

KADAR BETAKAROTEN, KADAR SERAT DAN DAYA TERIMA MI BASAH DENGAN SUBSTITUSI TEPUNG LABU KUNING (*Cucurbita moschata* *Durch Ex Poir*)

Nurberta Febriarti Marlina*, Diana Nur Afifah**

ABSTRAK

Latar Belakang : Konsumsi mi sebagai pengganti nasi semakin meningkat karena dianggap lebih praktis, mudah diolah dan cepat disajikan. Optimalisasi konsumsi pangan lokal dapat dilakukan dengan mengolah pangan lokal menjadi bentuk yang bisa diterima dan praktis. Konsumsi betakaroten dan serat masyarakat masih kurang. Pada penelitian ini mi basah disubstitusi dengan tepung labu kuning.

Tujuan : Mengetahui kadar betakaroten, kadar serat dan daya terima mi basah dengan substitusi tepung labu kuning.

Metode : Merupakan penelitian eksperimental rancangan acak lengkap dengan menggunakan 4 perlakuan substitusi (0, 10, 20, dan 30%). Analisis statistik dari kadar betakaroten dan kadar serat menggunakan uji *One Way ANOVA* CI 95% sedangkan daya terima menggunakan uji *Friedman* dengan CI 95% dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil : Perbedaan persentase substitusi tepung labu kuning berpengaruh terhadap kadar betakaroten, kadar serat dan daya terima meliputi warna, aroma dan rasa mi basah. Mi basah dengan substitusi tepung labu kuning 20% masih dapat diterima oleh panelis.

Simpulan : Besar substitusi yang dapat diterima berkisar antara 10-20%. Substitusi tepung labu kuning 20% dalam 100 gram mi basah memenuhi 97,7% dan 117,3% masing-masing untuk angka kecukupan bagi pria usia 13-65 th dan anak-anak usia 7-9 th serta wanita usia 19-65 th dari yang dianjurkan yakni 3000 µg dan 3600 µg. Kadar serat pada mi basah tidak efektif untuk memenuhi kecukupan serat karena hanya menyumbang 10.54% and 8.783% menurut anjuran FDA dan kecukupan serat di Indonesia.

Kata kunci : tepung labu kuning, mi basah, betakaroten, serat, dan daya terima

* Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.

** Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.