

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pohon aren atau enau (*Arenga pinnata Merr.*) cukup dikenal dikawasan tropik karena banyak ragam kegunaannya. Hampir semua bagian fisik (daun, batang, umbut, bunga, akar, ijuk dan kawul) dan produksi (buah, nira dan pati/tepung) dari tumbuhan tersebut dapat dimanfaatkan dan memiliki nilai ekonomi (Lutony, 1993). Nira aren yang masih segar dan rasanya manis dapat langsung diminum atau diolah untuk menghasilkan gula, baik gula cetak, gula semut dan gula cair, sementara produk nira yang mengalami fermentasi seperti arak, cuka, alkohol (Torar dan Kindangen, 1990; Soeseno, 1992.)

Pengolahan secara langsung pada nira dapat menghasilkan gula aren cetak yang berwarna coklat kemerahan, sifat lebih solid dan memiliki rasa lebih manis, kandungan sukrosa pada nira menyebabkan gula aren mengeras dan mudah dicetak. Fermentasi nira yang terjadi secara alami dapat menyebabkan kandungan sukrosa berkurang karena terdegradasi menjadi gula pereduksi, untuk mempertahankan kesegaran nira dan mencegah degradasi sukrosa, maka dapat ditambahkan pengawet alami berupa sabut kelapa. Penggunaan sabut kelapa bisa mempertahankan kualitas nira aren selama 3 jam, namun pada pohon dengan hasil nira sedikit, nira tidak diawetkan karena hanya menghasilkan sedikit gula aren cetak yang tidak seimbang dengan biaya produksi. Nira tersebut ketika dimasak tetap akan terjadi pembentukan gula dan karamelisasi tetapi gula tidak mengeras sehingga sulit dibentuk menjadi gula aren, pada proses ini gula berbentuk pasta kental serta memiliki sedikit rasa asam, oleh karena itu karakteristik gula yang tidak memenuhi syarat pada pengolahan gula aren cetak dan kurang disukai masyarakat mengakibatkan nira akhirnya tertolak (NT) dan masyarakat beralih mengolah nira menjadi minuman keras (Maspeke, 2015).

Pembuatan permen dari gula aren cetak yang dicairkan dapat ditambahkan dengan nira tertolak (NT), gula dari pengolahan NT berbentuk pasta kental sehingga diduga memerlukan formulasi baru untuk mendapatkan produk permen lunak gula aren. Gula aren memiliki nilai indeks glikemik yang rendah yaitu sebesar 35, Nilai indeks glikemik ini termasuk dalam kategori rendah (< 55). Salah satu cara memilih pangan yang tepat adalah melalui pendekatan indeks glikemik pangan. Konsep indeks glikemik (IG) menekankan pada pentingnya mengenal pangan (karbohidrat) berdasarkan kecepatannya menaikkan kadar glukosa darah. Pangan dengan IG tinggi mempunyai efek menaikkan kadar gula darah dengan cepat. Sebaliknya, pangan dengan IG rendah mempunyai efek menaikkan kadar gula darah dengan lambat. Respon glukosa darah ini dapat di tentukan secara kuantitatif melalui perhitungan indeks glikemik dan beban glikemik (BG). Beban Glikemik bertujuan untuk menilai dampak konsumsi karbohidrat dengan memperhitungkan IG pangan. Beban Glikemik memberikan informasi yang lebih lengkap mengenai pengaruh konsumsi pangan actual terhadap peningkatan kadar gula darah (Rimbawan dan Siagian, 2004).

Pemilihan jenis makanan dengan IG rendah terbukti sebagai proteksi terhadap timbulnya penyakit diabetes melitus (DM) pada orang sehat serta pertimbangan dalam penyusunan diet penyandang DM, oleh karena itu sangat dianjurkan untuk mengkonfirmasi makanan dengan indeks glikemik rendah sehingga membantu mengontrol kadar gula darah dalam tubuh. (Tjokroprawiro,2003). *World Health Organization (WHO)* merekomendasikan konsumsi makanan dengan IG rendah untuk membantu meningkatkan pengendalian glukosa darah, namun tetap memperhatikan jumlah karbohidrat yang dikonsumsi. Dilihat berdasarkan masalah tersebut maka dilakukan penelitian pengujian indeks glikemik dan beban glikemik pada permen lunak gula aren dengan nira tertolak.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah hasil uji organoleptik, proksimat, nilai indeks glikemik dan beban glikemik permen lunak gula aren dengan nira tertolak (NT) ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil uji organoleptik, proksimat, serta mengevaluasi sifat fungsional melalui uji indeks glikemik dan beban glikemik permen lunak gula aren dengan nira tertolak (NT)

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan baru tentang nilai indeks glikemik permen lunak gula aren sebagai salah satu jenis olahan yang bermanfaat bagi kesehatan, juga dapat memperoleh pengalaman dan ilmu pengetahuan baru melalui penelitian.

2. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi tentang olahan pangan yang memiliki nilai indeks glikemik rendah untuk mencegah penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus (DM).

3. Bagi Ilmu Pengetahuan

Memberikan informasi terbaru mengenai olahan pangan yang memiliki efek positif bagi kesehatan serta sebagai sumber literatur untuk penelitian selanjutnya.