

PENGARUH SUBSTITUSI SANTAN DENGAN KRIMER KOMERSIAL TERHADAP SIFAT FISIK, TINGKAT KESUKAAN, ZAT GIZI, DAN FOOD COST GULAI AYAM SEBAGAI ALTERNATIF PANGAN FUNGSIONAL

Juang Buana Brilliant¹, Dr. Agus Wijanarka², Rini Wuri Astuti³

1) Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Email : juangbuanabrilliant@gmail.com

2, 3) Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

ABSTRAK

Latar belakang : Prevalensi masalah gizi lebih (overweight dan obesitas) mengalami peningkatan dan telah menjadi masalah global. Peningkatan masalah ini merupakan dampak dari adanya perubahan pola makan yang cenderung lebih menyukai makanan cepat saji dengan kandungan tinggi kalori, gula, lemak, dan rendah serat pangan. Strategi yang dapat dilakukan untuk mengurangi obesitas adalah mengubah pola makan dengan mengonsumsi makanan yang dapat meningkatkan rasa kenyang dan menahan nafsu makan. Krimer tinggi serat komersial adalah *non-dairy creamer* multifungsi dan tinggi serat yang bisa digunakan sebagai pengganti susu atau santan. Gulai ayam merupakan menu yang digemari karena kelezatannya namun bila dilihat dari zat gizi terdapat lemak yang tinggi dan serat yang rendah karena menggunakan bahan santan. Gulai ayam substitusi krimer komersial ini dikembangkan untuk menjadi alternatif makanan utama yang dapat disajikan untuk keluarga dengan memperhatikan zat gizi.

Tujuan penelitian : Untuk mengembangkan resep gulai ayam dengan melakukan substitusi bahan santan kelapa dengan krimer komersial yang dapat menjadi alternatif pangan fungsional.

Metode penelitian : Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian eksperimental. Peneliti memberikan perlakuan dengan mensubstitusi santan dengan krimer komersial. Kemudian dampak perlakuan dianalisis. Analisis meliputi sifat fisik, tingkat kesukaan, kandungan gizi, dan *food cost*.

Hasil penelitian : Berdasarkan uji statistik *mean rank* menunjukkan bahwa setiap perlakuan tidak terlalu mempengaruhi hasil baik itu warna, aroma, tekstur, maupun rasa sehingga dapat disimpulkan bila krimer komersial dapat digunakan sebagai pengganti santan karena sifat organoleptik yang tidak jauh berbeda. Sifat fisik antar perlakuan tidak terlalu berbeda. Zat gizi & *food cost* masing-masing perlakuan terdapat perbedaan.

Kesimpulan : Krimer komersial dapat digunakan sebagai bahan substitusi santan karena sifat fisik, tingkat kesukaan yang tidak terlalu berbeda, dan peningkatan *food cost* tidak terlalu signifikan serta kandungan gizi serat dan lemak lebih tinggi.

Kata kunci : Substitusi, Sifat Fisik, Tingkat Kesukaan, Zat Gizi, *Food Cost*, Gulai Ayam, Pangan Fungsional

THE EFFECT OF SUBSTITUTION OF COCONUT WITH CREAMER ON PHYSICAL PROPERTIES, LEVEL OF LIKES, NUTRITIONAL SUBSTANCES, AND FOOD COST OF CHICKEN CURRY AS ALTERNATIVE FUNCTIONAL FOOD

Juang Buana Brilliant¹, Dr. Agus Wijanarka², Rini Wuri Astuti³

- 1) Departement of Nutrition Polytechnic Ministry of Health of Yogyakarta
Email : juangbuanabrilliant@gmail.com
2, 3) Lecturer of Nutrition Polytechnic Ministry of Health of Yogyakarta

ABSTRACT

Background : The prevalence of overnutrition (overweight and obesity) has increased and has become a global problem. The increase in this problem is the impact of changes in eating patterns that tend to prefer fast food with high calories, sugar, fat, and low dietary fiber. The strategy that can be done to reduce obesity is to change diet by eating foods that can increase satiety and suppress appetite. Commercial high-fiber creamer is a multifunctional, high-fiber non-dairy creamer that can be used as a substitute for milk or coconut milk. Chicken curry is a popular menu because of its deliciousness, but when viewed from a nutritional point of view, it has high fat and low fiber because it uses coconut milk. This commercial creamer substitute chicken curry was developed to be an alternative to the main food that can be served to families by paying attention to nutrition.

Aim/ goals : To develop a recipe for chicken curry by substituting coconut milk with commercial creamer which can be an alternative functional food.

Method : The type of research conducted is experimental research. Researchers provide treatment by substituting coconut milk with commercial creamer. Then the impact of the treatment was analyzed. The analysis includes physical properties, level of preference, nutritional content, and food cost.

Result : Based on the mean rank statistical test showed that each treatment did not significantly affect the results in terms of color, aroma, texture, and taste, so it can be concluded that commercial creamer can be used as a substitute for coconut milk because the organoleptic properties are not much different. Physical properties between treatments were not too different. There are differences in the nutrition and food costs of each treatment.

Conclusion : Commercial creamer can be used as a substitute for coconut milk because of its physical properties, the level of preference that is not too different, and the increase in food costs is not too significant and the nutritional content of dietary fiber and fat is higher.

Keywords : Substitution, Physical Properties, Preference Level, Nutrients, Food Cost, Chicken Curry, Functional Food