

BAB IV PENUTUP

4.1. Kesimpulan

1. Sereal sarapan tinggi protein dapat dihasilkan dengan substitusi tepung jagung dengan tepung kedelai. Substitusi sampai pada konsentrasi tepung kedelai 53,46% masih dapat diterima oleh konsumen secara sensoris.
2. Substitusi tepung jagung dengan tepung kedelai diharapkan tidak menyebabkan kenaikan pada gula darah secara signifikan sehingga dapat menjadi alternatif produk pangan bagi penderita diabetes melitus.

4.2. Saran

Penggantian pola makan dengan sereal sarapan tinggi protein berbasis tepung kedelai sangat disarankan karena memiliki nilai gizi yang tinggi, serat yang cukup banyak, protein yang mudah dicerna yang dapat disejajarkan dengan protein hewani, dan telah terbukti tidak menaikkan gula darah penderita diabetes melitus secara signifikan. Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut tentang perhitungan indeks glikemik secara keseluruhan pada sereal dan sereal tinggi protein akibat dari perubahan formulasi dan berapa persen penggantian gula dengan pemanis pada pembuatan sereal sarapan tinggi protein berbasis tepung kedelai.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonimus¹. 2006. *Karakteristik Kedelai Sebagai Bahan Pangan Fungsional*.
http://www.4shared.com/document/QcTrbX1o/KEDELAI_SEBAGAI_PANGAN_FUNGSIO.html?cau2=403tNull (26 Februari 2010).
- Badan Standarisasi Nasional. 2009. *Penerapan Standar Penggunaan Pemanis Buatan Pada Produk Pangan*.
<http://www.bsn.or.id/files/348256349/Litbang%202009/Bab%206.pdf>.
- American Diabetes Association. 2003. Clinical practice recommendation. *Diabetes Care* 2003.26 (supl 1).
- Blair, M., E. C. Henley and Tabor. 2006. Soy Foods Have Low Glycemic and Insulin Response Indices in Normal Weight Subjects: *Nutrition Journal* 5:35.
- Eborn, D., 2001. *Oats*. <http://waltonfeed.com/self/oats.html> (15 Maret 2007).
- Elvira dan Syamsir. 2006. *Penuntun Praktikum Sereal Sarapan*. Bogor : Departemen Ilmu dan Teknologi Pangan, IPB.
- Ketaren, K.S. 1998. *Teknologi Pengolahan Kedelai*. Jakarta: Pustaka Sinar Utama.
- Mudjajanto, E. S. dan F. R. Kusuma. 2005. *Susu Kedelai*. Jakarta : Agromedia.
- Munarso dan Mujisuhono. 1993. *Pengolahan Makanan dari Tepung Jagung*. Malang : Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Brawijaya

- Nurjanah, N. dan E. D. Julianti. 2006. *Taklukkan Diabetes Dengan Terapi Jus*. Jakarta: PuspaSwara.
- Rusilanti. 2008. *Menu Sehat Untuk Pengidap Diabetes Mellitus*. Jakarta: PT. Kawan Pustaka.
- Sapuan dan N. Soetrisno. 1996. *Bunga Rampai Tempe Indonesia*. Jakarta: Yayasan Tempe Indonesia.
- Soegondo, S. dan Sidartawan. 2004. *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Somaatmadja, S., M. Ismunadji, Sumarno, M. Syam, S. O. Manurung, dan Yuswadi. 1985. *Kedelai*. Bogor: Pusat Penelitian dan Pengembangan Tanaman Pangan.
- Somaatmadja. 1964. *Kedelai*. Bogor: Puslitbang Tanaman Pangan.
- Suarni dan S. Widowati. 2005. Mutu Gizi dan Sifat Fungsional Jagung. *Prosiding Seminar Lokakarya Nasional Jagung : Pusat Penelitian dan Pengembangan Tanaman Pangan*. Makassar, 29-30 September 2005.
- Susanto. 2009. *Susu Dan Yogurt Kedelai*. <http://labfpuwg.files.wordpress.com/2010/02/susu-dan-yoghurt-kedelai.pdf>.
- Villegas, R., Y. T. Gao, G. Yang, H. L. Li, T. A. Elasy, W. Zheng, dan X. O. Shu. 2008. Legume and Soy Food Intake and The Incidence of Type 2 Diabetes in The Shanghai Women's Health Study: *Am J Clin Nutr* 87:162-167.
- Winarno, F. G. 1982. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Winarno, F. G. 1986. Produksi dan Prospek *High Fructose Syrup* (HFS) dari Jagung. *Konsultasi Teknis Pengembangan Industri Pengolahan Jagung dan Kedelai*. FTDC, 24-25 Maret 1986. p. 7-14.

World Health Organization Study Group. 1980. Diabetes Mellitus :
Second Report. Technical Report Series No.646. WHO Geneva.
p.8-12.

Yeu, K, Y. Lee, and S.Y. Lee. 2008. Consumer Acceptance of an
Extruded Soy-Based High Protein Breakfast Cereal: *Journal Of
Food Science* 73: 20-25.

