

# PENGEMBANGAN CEREAL BARS RENDAH KALORI DAN KAYA SERAT BERBASIS SEREALIA LOKAL SEBAGAI ALTERNATIF PANGAN FUNGSIONAL UNTUK PENCEGAHAN OBESITAS

Oleh: Nani Ratnaningsih, Mutiara Nugraheni, Andian Ari Anggraeni

## ABSTRAK

Obesitas sudah menjadi epidemi global yang dihadapi semua negara di dunia, termasuk Indonesia. Upaya pencegahan obesitas dapat dilakukan dengan mengkonsumsi produk pangan yang rendah kalori dan kaya serat, misalnya dalam bentuk cereal bars yang berbasis sereal lokal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan *cereal bars* rendah kalori dan kaya serat berbasis sereal lokal, yaitu jali-jali, jewawut, dan cantel, sebagai alternatif produk pangan fungsional untuk pencegahan obesitas

Bahan baku penelitian adalah jali-jali, jewawut, dan cantel. Tahapan penelitian terdiri dari 1) pembuatan tepung jali-jali, jewawut, dan cantel; 2) penentuan formula acuan cereal bars; 3) perancangan formula cereal bars rendah kalori dan kaya serat dari jali-jali, jewawut, dan cantel; 4) penentuan formula cereal bars terbaik dari jali-jali, jewawut, dan cantel; 5) uji tingkat kesukaan konsumen skala terbatas dengan 30 panelis semi terlatih dan skala luas dengan 80 orang; 6) pengujian warna, aktivitas air, derajat Brix, proksimat, amilosa, serat pangan dan kadar RS. Analisis data menggunakan anova satu jalur dengan uji lanjut *Duncan Multiple Range Test*.

Manfaat penelitian antara lain menghasilkan *functional foods* berbasis sereal lokal untuk pencegahan obesitas. Target luaran penelitian adalah artikel ilmiah pada jurnal internasional terindeks Scopus dan draft paten sederhana.

Kata Kunci: *Cereal bar, sereal lokal, kaya serat, pangan fungsional, obesitas*