



7.37% PLAGIARISM
APPROXIMATELY

Report #12592155

PENDAHULUAN Latar Belakang Indonesia memiliki beragam jenis tanaman yang menjadi sumber karbohidrat, seperti beras, jagung, sorgum, sagu dan umbi-umbian. Namun, tingkat konsumsi sumber pangan non beras lebih rendah dibandingkan dengan konsumsi beras (Noviasari et al., 2017a). Menurut Badan Pusat Statistik (2020) rata-rata konsumsi per kapita seminggu tahun 2019 pada beras sebesar 1,504 kg, sedangkan konsumsi jagung sebesar 0,039 kg dan ketela pohon sebesar 0,084 kg. Pada umumnya, komoditas non beras kurang dimanfaatkan karena mayoritas masyarakat Indonesia menganggap beras sebagai sumber karbohidrat paling penting (Nuryani, 2013). Konsumsi beras berlebih dapat menyebabkan obesitas karena mengandung karbohidrat yang tinggi (79,8%), namun rendah serat (0,6%) (Ohtsubo et al., 2005).

Perkembangan teknologi pengolahan pangan menyebabkan terjadinya perubahan pola konsumsi masyarakat khususnya perkotaan. Pola konsumsi makanan tradisional yang banyak mengandung karbohidrat dan serat seperti jagung dan umbi-umbian, kini bergeser menjadi pola konsumsi makanan modern dengan tinggi karbohidrat, protein dan lemak tetapi rendah serat seperti nasi, mie, dan junk food. Pola makan modern tersebut dapat meningkatkan prevalensi diabetes melitus tipe 2 dan obesitas di Indonesia. Oleh karena itu, dibutuhkan