

ABSTRAK

Tingkat obesitas di Indonesia terlampau tinggi tak terkecuali pada kalangan anak-anak dan remaja. Pola makan merupakan salah satu alasan utama penyebab dari tingginya gula darah seseorang. Maka dari itu, dibutuhkan suatu cara untuk mencegah dan mengatasi obesitas tanpa menjauhi rasa manis. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan kandungan kulit pisang, kulit jeruk, dan jambu biji yang diolah dalam bentuk permen jeli dengan kandungan flavonoid sebagai anti-obesitas dan anti-diabetes. Flavonoid dari hasil parutan kulit jeruk manis (*Citrus sinensis*), ekstrak pektin dari kulit pisang ambon (*Musa paradisiaca*) yang sudah dihaluskan, dan fruktosa 66g dari larutan buah jambu biji (*Psidium guajava* L.) sebagai pemanis dicampur dan diolah bersama. Penelitian kami berhasil membuktikan keberadaan flavonoid pada GuMaO yang berasal dari parutan ketiga bahan utama. Hasil pengujian membuktikan GuMaO mengandung gula reduksi dan sedikit nutrisi. Penelitian ini belum menemukan penyebab dari kedua hasil tersebut dan setelah ini akan tetap berlanjut sampai menemukan alasan dan solusi pengoptimalan tujuan awal penelitian.

Kata kunci : Obesitas, kulit jeruk manis, kulit pisang ambon, jambu biji, flavonoid.

ABSTRACT

The level of obesity in Indonesia is very high, including among children and teenagers. Diet is one of the main reasons for a person's high blood sugar. Therefore, we need a way to prevent and treat obesity without avoiding sweet tastes. The aim of this research is to prove the content of banana peel, orange peel and guava processed in the form of jelly candy with flavonoid content as anti-obesity and anti-diabetes. Flavonoids from grated sweet orange peel (*Citrus sinensis*), pectin extract from crushed Ambon banana peel (*Musa paradisiaca*), and 66g fructose from guava fruit solution (*Psidium guajava* L.) as a sweetener are mixed and processed together. Our research succeeded in proving the presence of flavonoids in GuMaO which comes from grating the three main ingredients. Test results prove that GuMaO contains reduced sugar and little nutrition. This research has not found the cause of these two results and after this it will continue until it finds reasons and solutions to optimize the initial research objectives.

Key words: Obesity, sweet orange peel, Ambon banana peel, guava, flavonoids.