

PENGEMBANGAN PRODUK *SNACK BAR* BIJI JALI SEBAGAI JAJANAN SUMBER SERAT

Dwi Octaviani

ABSTRAK

Prevalensi obesitas yang diperkirakan akan semakin meningkat ditahun berikutnya yang dibuktikan dengan jumlah obesitas pada tahun 2010 sebanyak 11,7% dan meningkat di tahun 2013 sebanyak 14,8 %. Sebanyak 80% penduduk Indonesia mengkonsumsi serat 15 gr/orang/hari, sedangkan konsumsi serat yang baik berkisar 25 gr/hari (Soerjodibroto, 2004). Mengkonsumsi serat merupakan salah satu solusi menurunkan angka prevalensi obesitas. Salah satu bahan pangan sumber serat yaitu biji jali. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan produk pangan berbahan dasar tepung biji jali menjadi *snack bar* sumber serat. Metode yang digunakan adalah eksperimental dengan menggunakan desain rancangan acak lengkap, hasil *Trial and error* didapatkan tepung biji jali dapat ditambahkan sampai 10 gram (F1), 15 gram (F2), dan 20 gram (F3). Formula terpilih hasil uji organoleptik adalah F2 yang mengandung 13,9% air, 1,245% abu, 8,415% protein, 14,45% lemak, 62,0% karbohidrat, 0,47% serat, dan energi 355,5 kkal/100 gram. Mutu hedonik dari *snack bar* biji jali yaitu warna krem, aroma harum, rasa manis, dan tekstur lembut. Sarannya, dengan penelitian ini diharapkan dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menerapkan *snack bar* biji jali untuk diet pada pasien obesitas, apakah terbukti *snack bar* biji jali dapat menurunkan berat badan pada penderita obesitas.

Kata kunci : Biji Jali, *Snack Bar*, Serat

DEVELOPMENT PRODUCT SNACK BARS JOB'S TEAR AS HAWKER SOURCE OF FIBER

Dwi Octaviani

ABSTRACT

Prevalence of obesity who is expected to will increase in next as evidenced by the number of obesity in 2010 as many as 11.7% and heightened in 2013 as many as 14,8%. As many as 80% of indonesians consume fibers 15 gr/person/day , while consumption fibers good range 25 gr/day (Soerjodibroto, 2004). Consume fibers is a solution to reduce prevalence of obesity. One of the food materials a source of fiber is job's tear. In this study attempts to develop food products based the starchy become a *snack bar* of job's tear a source of fiber. Methods used is experimental using design random design complete, the trial and eror obtained flour of job's tear can be added to 10 grams (F1), 15 grams (F2), and 20 grams (F3). Formula elected from results of organoleptiktest is F2 contain 13,9% water, 1,245% dast, 8,415% protein, 14,45% fat, 62,0% carbohydrates, 0,47% fiber, and 355,5 kkal/100 gram of energy. The quality hedonic from job's tear *snack bar* are cream color, fragrant scent , a sweet taste, and soft texture. His advice, with this research is supposed to be done further research by applying a snack bar seeds jali for diet in patients obesity, is proven a snack bar seeds jali can be lowered weight on the number of obesity sufferers .

Key words : Job's tear, *Snack bar*, Fiber