

PENGEMBANGAN KERUPUK TAPIOKA SUBSTITUSI TEPUNG IKAN KEMBUNG (*RASTRELLIGER KANAGURTA L.*)

Fira Firgicinia

Abstrak

Pada tahun 2010 penyakit kardiovaskular menyumbang angka kematian terbesar di Indonesia. Data Riskesdas menunjukkan pada tahun 2013 prevalensi hiperkolesterol sebesar 35,9%. Asam lemak omega 3 (EPA dan DHA) mampu mengurangi kolesterol dalam darah, mengurangi resiko penyakit jantung dan aterosklerosis. Salah satu pangan yang mengandung tinggi EPA dan DHA yaitu ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta L.*). Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan kerupuk tapioka dari tepung ikan kembung sebagai camilan yang mampu mengurangi resiko aterosklerosis. Metode yang digunakan adalah eksperimental dan desain penelitian adalah rancangan acak lengkap pola faktorial 3 x 2 dengan 2 ulangan. Tiga komposisi bahan penambahan tepung ikan kembung sebanyak 6,5 g (F1), 11,5 g (F2), dan 16,5 g (F3)) dan dua teknik menggoreng (minyak dan sangrai pasir). Formula terbaik hasil uji organoleptik adalah F1 goreng minyak yang mengandung 3,97% air, 2,10% abu, 7,80% protein, 37,44% lemak, 48,68% KH, 1,85g/100g EPA dan 4,75g/100g DHA, dan F2 sangrai pasir mengandung 6,08% air, 3,83% abu, 21,69% protein, 0,36% lemak, 68,03% KH, 19,70g/100g EPA dan 39,15g/100g DHA.

Kata Kunci : Aterosklerosis, EPA dan DHA, Ikan Kembung, Kerupuk,.

DEVELOPMENT OF TAPIOCA CRACKERS SUBSTITUTION WITH MACKEREL FLOUR (*RASTRELLIGER KANAGURTA L.*)

Fira Firginia

Abstract

In 2010 cardiovascular disease accounted for the greatest mortality in Indonesia. Riskesdas data showed that in 2013 the prevalence of hypercholesterolemia was 35.9%. Omega 3 fatty acids (EPA and DHA) could reduce blood cholesterol, reduce the risk of heart disease and atherosclerosis. One of the foods that contain high EPA and DHA is mackerel (*Rastrelliger Kanagurta L.*). The objective of this study was to develop a crackers product from mackerel flour as a snack that could reduce the risk of atherosclerosis. This study used experimental method and research design was completely randomized design with 3 x 2 factorial design with two replications. Three composition of materials (the addition of 6.5 g (F1), 11.5 g (F2), and 16.5 g (F3) of mackerel flour and used two the technique of frying (oil and roasting sand). The best formula of organoleptic test result was F1 frying with technic oil contained of 3.97% water, 2.10% ash, 7.80% protein, 37.44% fat, 48.68% KH, 1.85 g / 100g EPA and 4 , 75g / 100g DHA, and F2 frying with technic roasted sand contained of 6.08% air, 3.83% ash, 21.69% protein, 0.36% fat, 68.03% KH, 19.70 g / 100g EPA and 39 , 15 g / 100g DHA.

Keywords: Atherosclerosis, Cracker, EPA and DHA, Mackerel.