

UJI DAYA TERIMA ES KRIM BUAH LONTAR DAN BIJI CHIA SEBAGAI KUDAPAN ALTERNATIF TINGGI KALSIMUM BAGI PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS

Oleh :
Nabila Ainun Besari

ABSTRAK

Latar Belakang Penelitian Osteoporosis adalah salah satu penyakit tulang yang berbahaya, yakni pengeroposan tulang disebabkan karena menurunnya kandungan mineral dalam tulang sehingga menyebabkan tulang rapuh dan mudah patah. Beberapa orang tidak menunjukkan gejala yang menonjol, sedangkan beberapa orang seringkali menunjukkan gejala biasa berupa nyeri punggung, turunnya tinggi badan, dan bungkuk pada punggung. **Tujuan Penelitian** ini dilakukan adalah untuk mengetahui daya terima dan kadar kalsium pada es krim dengan substitusi buah lontar dan biji chia sebagai pencegahan osteoporosis. **Metode Penelitian** yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji daya terima pada 20 orang panelis dengan skala kesukaan dengan indikator warna, aroma, tekstur dan rasa, serta uji kadar kalsium dengan metode Spektrofotometri Serapan Atom (SSA). **Hasil Penelitian** diketahui kesukaan berdasarkan warna, rasa, aroma dan tekstur dengan formulasi ketiga (LC 3) paling disukai oleh 20 orang panelis dengan rata-rata nilai sebesar 4,165 yang termasuk dalam kategori suka. **Kesimpulan Penelitian** didapatkan hasil uji daya terima 4 indikator dengan skala hedonik terbaik pada formulasi LC 3 dengan perbandingan susu skim : buah lontar : biji chia = 200 : 240 : 20. Nilai uji daya terima yang dihasilkan mencapai 4,165 dan memiliki kandungan kalsium sebanyak 86,6 mg perporisi.

Kata Kunci : *Osteoporosis, kalsium, buah lontar, biji chia, susu skim, es krim*

ACCEPTANCE TEST OF LONTAR FRUIT ICE CREAM AND CHIA SEEDS AS ALTERNATIVE HIGH-CALCIUM SNACKS FOR OSTEOPOROSIS PREVENTION

By :

Nabila Ainun Besari

ABSTRACT

Research Background Osteoporosis is one of the dangerous bone diseases, namely bone loss due to decreased mineral content in bones, causing brittle bones and easy fractures. Some people have no prominent symptoms, while some people often show the usual symptoms of back pain, loss of height, and a hunchback in the back. **The Purpose of this Research** was to determine the acceptability and calcium levels in ice cream with the substitution of lontar fruit and chia seeds as prevention of osteoporosis. **The Research Method** used in this study was the acceptance test on 20 panelists with a preference scale with indicators of color, aroma, texture, and taste, as well as a calcium level test using the Atomic Absorption Spectrophotometry (AAS) method. **The Results of the Research** found that the preference based on color, taste, aroma and texture with the third formulation (LC 3) was the most preferred by 20 panelists with an average value of 4.165 which was included in the like category. **Conclusion the Research** obtained the results of the acceptability test of 4 indicators with the best hedonic scale in the LC 3 formulation with a ratio of skim milk: palm fruit: chia seeds = 200: 240: 20. The value of the resulting acceptability test reached 4.165 and had a calcium content of 86.6 mg per serving.

Keywords : *Osteoporosis, calcium, lontar fruit, chia seed, skimmed milk, ice cream*