

## INTISARI

Nama : Audrey Angelica Bratandari Situmeang  
NPM : 201833007  
Judul : Pengaruh Penambahan Tepung Chia (*Salvia hispanica L*)  
pada Sifat Fisik, Kandungan Gizi, dan Tingkat Kesukaan Nugget Ikan  
Lele (*Clarias sp*)  
Tanggal Ujian : 16 Agustus 2022  
Pembimbing : Ir. Maria Amrijati Lubijarsih, M.P  
Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., M.P.H  
Jumlah Pustaka : 96 (1992-2022)  
Jumlah Halaman : xiii, 46 halaman, tabel, lampiran

Indonesia masih dihadapkan oleh masalah gizi, yaitu obesitas. Salah satu upaya intervensi yang dapat dilakukan untuk mencegah prevalensi obesitas terus meningkat adalah intervensi gizi dengan mengubah pola konsumsi, yaitu konsumsi makanan rendah lemak dan konsumsi makanan tinggi serat. Salah satu jenis makanan rendah lemak adalah makanan yang berbahan dasar ikan. Salah satu jenis ikan yang dikategorikan rendah lemak adalah ikan lele. Ika lele dapat diolah menjadi berbagai macam olahan, salah satunya nugget. Nugget yang beredar di masyarakat masih memiliki kelemahan, yaitu rendah serat. Oleh karena itu, untuk meningkatkan serat dalam nugget dapat ditambahkan produk nabati yang tinggi serat. Tepung chia adalah alternatif tepung yang tinggi akan serat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penambahan tepung chia (*Salvia hispanica L*) pada sifat fisik, kandungan gizi, dan tingkat kesukaan nugget ikan lele (*Clarias sp*). Penelitian ini adalah penelitian eksperimental murni dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah RAL (Rancangan Acak Lengkap) 4 (empat) perlakuan dan 3 (tiga) kali pengulangan. Berdasarkan hasil penelitian didapati hasil tidak ada pengaruh penambahan tepung chia (*Salvia hispanica L*) pada susut masak dan kandungan asam lemak tak jenuh nugget ikan lele (*Clarias sp*). Selain itu, berdasarkan hasil penelitian didapati hasil ada pengaruh penambahan tepung chia (*Salvia hispanica L*) pada kandungan asam lemak jenuh, kandungan serat, kenampakan, aroma, tekstur, citarasa, dan kesukaan keseluruhan nugget ikan lele (*Clarias sp*). Formulasi nugget ikan lele yang paling disukai oleh panelis adalah formulasi penambahan tepung chia sebesar 5%. Hal ini karena karakteristik formulasi 5% paling mendekati karakteristik kontrol. Nugget ikan lele dengan penambahan tepung chia ini dapat menjadi makanan intervensi bagi penderita obesitas.

**Kata kunci : Nugget ikan lele, tepung chia.**