

ANALISIS KANDUNGAN ZAT GIZI PADA BERBAGAI OLAHAN PETAI (*Parkia speciosa* Hassk.)

Sisca Ulivia, Sugeng Maryanto, Indri Mulyasari
Program Studi Gizi, Universitas Ngudi Waluyo
Email: siscauliviaa@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Petai (*Parkia speciosa* Hassk.) merupakan tanaman yang umum ditanam dan dikonsumsi di Indonesia. Masyarakat Indonesia biasa mengonsumsi petai dalam keadaan segar maupun olahan seperti rebus dan goreng yang dapat dijadikan sebagai alternatif sumber energi dan kalium

Tujuan: Mengetahui kandungan protein, lemak, karbohidrat dan kalium pada berbagai olahan petai (*Parkia speciosa* Hassk.)

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik. Objek yang digunakan dalam penelitian ini adalah petai yang diperoleh dari Kecamatan Kedung, Kabupaten Jepara, Provinsi Jawa Tengah. Perlakuan yang digunakan adalah petai segar, petai rebus dan petai goreng. Teknik pengolahan metode rebus dan goreng yang dilakukan yaitu mengolah utuh petai beserta kulitnya, sampai proses pemasakan selesai kulit petai dikupas dari biji petai, selanjutnya biji petai di uji kandungan protein menggunakan metode kjeldahl, lemak menggunakan metode soxhlet, karbohidrat metode *by difference* dan kalium menggunakan metode *Atomic Absorption Spectroscopy*. Analisis kandungan gizi dilaksanakan di Laboratorium Kimia Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.

Hasil: Kandungan protein tertinggi terdapat pada petai rebus (11,59g/100g) dan terendah pada petai goreng (4,96g/100g). Kandungan lemak tertinggi terdapat pada petai goreng (0,75g/100g) dan terendah pada petai segar (0,15g/100g). Kandungan karbohidrat tertinggi terdapat pada petai goreng (80g/100g) dan terendah pada petai rebus (63,7g/100g). Kandungan kalium tertinggi terdapat pada petai rebus (143mg/100g) dan terendah pada petai goreng (106mg/100g)

Simpulan: Kandungan protein dan kalium tertinggi terdapat pada petai rebus, sedangkan kandungan lemak dan karbohidrat tertinggi terdapat pada petai goreng

Kata Kunci : Petai, Protein, Lemak, karbohidrat, Kalium