

STUDI PERILAKU DAN STRATEGI PENURUNAN KONSUMSI GARAM PADA GENERASI MILENIAL DI PROVINSI DIY MENGGUNAKAN POTATO STICK SNACK SEBAGAI MODEL PANGAN

INTISARI

Oleh

AUDINA NUR SAFIRA

16/400505/TP/11718

Tingginya asupan garam menunjukkan perilaku konsumsi tinggi natrium dalam diet individu hal ini dapat meningkatkan risiko penyakit hipertensi. Perlu strategi untuk mengurangi konsumsi garam dengan tetap meningkatkan cita rasa makanan rendah garam sehingga tetap diterima konsumen. Kaldu jamur sebagai bahan sumber rasa umami digunakan untuk meningkatkan karakteristik sensoris makan rendah garam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi tingkat konsumsi garam dengan pengetahuan mengenai garam dan karakteristik individu, memperoleh batas maksimal pengurangan garam dalam makanan yang terdeteksi perbedaannya dan mengetahui tingkat penerimaan konsumen terhadap kaldu jamur sebagai pengganti peran garam.

Penelitian ini terdiri dari 3 tahap, dimulai dari survei perilaku konsumsi garam dengan 435 responden, formulasi bumbu makanan ringan yang digunakan sebagai model pangan, penentuan batas pengurangan garam dalam model pangan yang masih disukai panelis dan tahap penelitian yaitu terakhir uji hedonik dan uji palatabilitas menggunakan empat sampel uji yang bervariasi kadar garamnya dan penambahan masing-masing 0,5% kaldu jamur. Uji sensoris menggunakan 50 panelis.

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada korelasi antara usia, jenis kelamin, Indeks Massa Tubuh, dan pengetahuan terhadap tingkat konsumsi garam menggunakan uji korelasi Kendall Tau B. Pengurangan konsentrasi garam sebanyak 25% dalam makanan ringan tidak terdeteksi perbedaan rasa asinnya dan masih disukai panelis. Penggunaan kaldu jamur sebanyak 0,5% sebagai bahan sumber rasa umami dapat diterima konsumen untuk menggantikan peran garam dalam makanan sehingga dapat berperan sebagai strategi alternatif pengurangan konsumsi garam.

Kata kunci: konsumsi garam, pengurangan garam, *difference threshold*, *potato stick snack*

**STUDY OF BEHAVIOR AND STRATEGY TO REDUCE SALT
CONSUMPTION IN MILLENIAL GENERATION IN DIY PROVINCE
USING POTATO STICK SNACK AS A FOOD MODEL**

ABSTRACT

By

AUDINA NUR SAFIRA

16/400505/TP/11718

High salt intake indicates high sodium consumption behaviour in someone diet that possibly increase the risk of hypertension. Strategy needed to reduce salt consumption with maintaining palatability and consumer acceptance in low salt food. Mushroom broth, an umami substance, used as alternatif to improve sensory characteristics of lower salt product. The purpose of this study is to determine the correlation between salt consumption with knowledge of salt and individual characteristics, to obtain the maximum limit of salt reduction in food model, and to evaluate consumer acceptance of mushroom broth in a salt-reduced product.

This study consisted of 3 stages, started with survei of salt consumption behavior (n=435). Then formulating snack food seasoning that will be used as a food model. Threshold of salt concentration in food models was determined. The final research was hedonik and palatability test using four samples with different levels of salt and each added 0.5% mushroom broth. Fifty panelists were used in this sensory test.

The results showed there was no correlation ($p>0.05$) in age, sex, body mass index, and knowledge of salt between salt consumption using Kendall Tau B test. Reducing salt up to a level of 25% in potato stick snack was achievable, without panelist detecting a difference in taste and was still preferred. Using 0.5% mushroom broth as a source of umami flavor was accepted by consumers to replace the role of salt in food so it can act as an alternatif strategy to reduce salt consumption.

Keywords: salt consumption, salt reduction, difference threshold, potato stick snack