

PENENTUAN KADAR LEMAK PADA NASI UDUK DENGAN METODE EKSTRAKSI SOXHLET

DETERMINATION OF FAT LEVELS IN UDUK RICE WITH SOXHLET EXTRACTION METHOD

Melyna Dwi Susanti¹, D. Andang Arif Wibawa²
Program Studi D-III Analis Kesehatan
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Setia Budi
Jl. Let. Jen. Sutoyo, Mojosongo, Surakarta
Telp. (0271) 852 518, Fax (0271) 833 275
E-mail : melynads1@gmail.com

INTI SARI

Nasi uduk merupakan makanan tradisional Indonesia di mana hampir diseluruh wilayah Indonesia selalu ada. Nasi uduk adalah nama sejenis makanan terbuat dari bahan dasar nasi putih yang dimasak setengah matang ("diaron") dan dikukus dengan santan dari kelapa yang diparut. Kandungan lain pada nasi uduk seperti santan kelapa juga mempengaruhi tingginya kadar lemak. Santan kelapa mengandung tiga nutrisi utama, yaitu lemak, protein dan karbohidrat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kadar lemak pada nasi *uduk* yang dimasak menggunakan kukusan dan *rice cooker*. Penentuan kadar lemak pada nasi uduk dan nasi putih yang dimasak menggunakan kukusan dan *rice cooker*. Penentuan kadar lemak pada nasi uduk menggunakan metode ekstraksi soxhlet dengan pelarut etil-eter. Hasil penelitian penentuan kadar lemak yang diperoleh dari ekstraksi soxhlet pada nasi *uduk* yang dimasak dengan kukusan mengandung lemak sebesar 7,79%, nasi *uduk* yang dimasak dengan *rice cooker* mengandung lemak sebesar 9,38%, nasi putih yang dimasak dengan kukusan mengandung lemak sebesar 0,85% dan nasi putih yang dimasak dengan *rice cooker* mengandung lemak sebesar 1,41%. Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa kadar lemak pada nasi *uduk* dan nasi putih yang dimasak menggunakan *rice cooker* lebih tinggi daripada nasi *uduk* dan nasi putih yang dimasak menggunakan kukusan.

Kata kunci: lemak, nasi *uduk* dan nasi putih, ekstraksi soxhlet.

ABSTRACT

Nasi uduk is a traditional Indonesian food where almost all regions of Indonesia are always there. Uduk rice is the name of a type of food made from the basic ingredients of white cooked rice ("diaron") and steamed with coconut milk from shredded coconut. Other ingredients in uduk rice such as coconut milk also affect high levels of fat. Coconut milk contains three main nutrients, namely fat, protein and carbohydrates. This study aims to determine the level of fat in uduk rice cooked using steam and rice cookers. Determination of fat content in uduk rice and white rice cooked using steam and rice cooker. Determination of fat content in uduk rice using Soxhlet extraction method with ethyl-ether solvent. The results of the study were the determination of fat content obtained from soxhlet extraction on steamed cooked rice containing fat at 7.79%, steamed rice cooked with rice cooker containing fat at 9.38%, white rice cooked with steamed containing fat at 0,85% and white rice cooked with rice cooker contains 1.41% fat. Based on this study, it can be concluded that the fat content in uduk rice and white rice cooked using a rice cooker is higher than uduk rice and white rice cooked using steam.

Keywords: fat, uduk rice and white rice, soxhlet extraction.