

ANALISIS KUALITAS SALA TERI

Rahmi Holinesti, Anni Faridah, Wirnelis Syarif, dan Lucy Fridayati

Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang
Email: r.holinesti@gmail.com

ABSTRAK

Peningkatan kualitas dari *sala lauak* yang bisa dilakukan adalah dengan cara memvariasikan rasa, salah satunya menggunakan teri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan teri sebanyak 0gr, 20gr, 40gr, 60gr dan 80gr terhadap kualitas bentuk, warna, aroma, tekstur dan rasa pada *salateri* yang dihasilkan. Penelitian ini termasuk ke dalam jenis eksperimen murni (*trueeksperimen*) dengan metode Rancangan Acak Lengkap. Penelitian ini dilakukan di workshop Tata Boga, Jurusan IKK, FPP, UNP. Variabel dalam penelitian terbagi dua yaitu, variabel X (penggunaan teri) dan variabel Y (kualitas *sala teri*). Data yang digunakan adalah data primer yang didapat langsung dari 30 orang panelis dengan cara mengisi angket. Data yang sudah diperoleh kemudian ditabulasikan dalam bentuk tabel dan dilakukan Analisa Variasi (ANOVA), jika berbeda nyata dilanjutkan dengan Uji Duncan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh terhadap penggunaan teri dengan kualitas warna kulit, warna isi, aroma teri, dan rasa gurih. Sedangkan untuk kualitas bentuk bulat, bentuk seragam, aroma harum, tekstur kulit dan tekstur isi tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan karena $F_h < F_t$. Hasil analisis data diperoleh skor pencapaian tertinggi secara keseluruhan yaitu kualitas bentuk (bulat) 3,19 (X3), kualitas bentuk (seragam) 2,98 (X3), kualitas warna kulit (kuning keemasan) 3,08 (X1), kualitas warna isi (kuning) 3,17 (X1), kualitas aroma (teri) 3,44 (X4), kualitas aroma (harum) 3,07 (X4), kualitas rasa (gurih) 3,22 (X4) kualitas tekstur kulit (renyah) 2,98 (X3) dan kualitas tekstur isi (berongga) 2,78 (X3). *Sala teri* memiliki kadar karbohidrat 36,37%; kadar protein 3,11%; kadar lemak 14,05%; kadar air 45,19%; dan kadar abu 1,70%.

Kata kunci: *Sala Teri*, Kualitas

PENDAHULUAN

Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki kekayaan suku bangsa, adat istiadat, kebudayaan, keindahan alam dan keanekaragaman makanan tradisional. Kekayaan ini merupakan aset yang menjadi daya tarik Sumatera Barat terutama makanan tradisionalnya. Makanan tradisional adalah makanan yang telah membudaya dikalangan masyarakat yang memiliki cita rasa yang khas. Sumatera Barat memiliki makanan tradisional yang berbeda-beda disetiap daerahnya tergantung lingkungan dan kebiasaan sehari-hari masyarakat setempat.

Pariaman merupakan salah satu daerah pesisir di Sumatera Barat yang kaya dengan hasil lautnya, banyak masyarakat setempat memanfaatkannya dengan cara mengolah menjadi makanan yang bernilai ekonomis, seperti aneka macam *rakik* dan *sala lauak*. *Sala lauak* adalah makanan tradisional Pariaman yang berbahan utama ikan asin dan tepung beras berbentuk bulat bewarna kuning keemasan. Kamsiana dan Inda (2011:1) mengatakan bahwa:

“*Sala laua* merupakan makanan khas Pariaman Sumatera Barat yang terbuat dari bahan baku tepung beras, ikan, cabe, dan bumbu lainnya dengan cara diadon, dimasak dengan api kecil sampai kalis. Adonan dibentuk menjadi bulat-bulat kecil dan kemudian digoreng.” Makanan tradisional *sala lauak* ini merupakan makanan yang banyak diminati dan ditemui dipasaran, pernyataan ini berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan pada Mei 2016. Namun dari sekian banyak masyarakat yang mengolah *sala lauak*, belum ada dari mereka yang memvariasikannya dengan bahan baku lain. Masyarakat pada umumnya masih menggunakan ikan asin sebagai bahan baku utama.

Ikan asin adalah bahan makanan sumber protein hewani yang terbuat dari daging ikan yang diawetkan dengan menambahkan banyak garam (Jufry Zelyn, 2015). Ikan asin adalah hasil olahan ikan yang merupakan potensi lokal Sumatera Barat terutama daerah pesisir yaitu Pariaman. Ikan asin memiliki rasa enak dan khas, rasa ini yang membuat makanan seperti *sala lauak* banyak diminati dan dikonsumsi. Namun dibalik rasa enak, ternyata ikan asin memiliki dampak negatif jika terlalu sering dikonsumsi. Ikan asin mengandung banyak garam, namun kebutuhan manusia akan garam menurut

WHO cukup sebanyak 5 gram setiap hari. Data dari *America Journal of clinical Nutrition* menunjukkan bahwa tingginya konsumsi garam harian dapat meningkatkan resiko terkena kanker sebanyak 15% dan masalah pada jantung 20 %, data ini didapat dari penelitian yang dilakukan pada 80.000 wanita dan pria (Anonim, 2014). Pernyataan di atas menunjukkan bahwa mengkonsumsi ikan asin baiknya dikonsumsi sesuai batas normal terutama untuk masyarakat yang suka mengkonsumsi *sala lauak* yang sampai saat ini hanya berbahan baku ikan asin.

Ikan asin juga memiliki harga yang tinggi, tingginya harga bahan baku dari *sala lauak* membuat pedagang harus ikut mengurangi penggunaan ikan asin yang mengakibatkan *sala lauak* mengalami penurunan citra rasa dan mutu. Pernyataan ini terbukti dari observasi dan wawancara langsung yang penulis lakukan dengan Uni Juni salah seorang pedagang di pasar Ulakan Pariaman pada Mei 2016. Beliau mengatakan sudah banyak pedagang yang mengurangi jumlah ikan asin dalam pembuatan *sala lauak*, dikarenakan harga ikan asin yang tinggi. Dan juga dari pengalaman penulis membeli ikan asin suaso untuk membuat *sala lauak*, harga ikan asin yaitu Rp 15.000 yang menurut penulis cukup mahal untuk 2 ekor ikan asin.

Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa ikan asin memiliki harga yang cukup tinggi dan dampak negatif bisa terjadi akibat mengkonsumsi ikan asin terlalu banyak. *Sala lauak* umumnya masih menggunakan ikan asin sebagai protein hewani dan bahan utama, sedangkan masih banyak bahan lain yang bisa dimanfaatkan dengan tujuan memvariasikan sehingga berkemungkinan bertambahnya peminat *sala lauak* dan bertambah juga peluang usaha pedagang *sala lauak*.

Bahan sumber protein lain yang bisa dimanfaatkan dan juga merupakan hasil laut daerah pesisir yaitu ikan teri. Ikan teri (*Stolephorus spp.*) adalah ikan yang termasuk kedalam kelompok ikan pelagis kecil, yang diduga merupakan salah satu sumberdaya perikanan paling melimpah di perairan Indonesia (Resmiati, 2003 : 1). Ikan teri adalah sekelompok ikan laut kecil anggota keluarga *Engraulidae* dengan ukuran antara 2 cm hingga 40 cm tergantung spesiesnya (Anonim. 2016). Ikan teri (*Stolephorus spp.*) merupakan jenis ikan kecil yang memiliki nilai ekonomi tinggi, seperti jenis ikan laut lainnya, ikan teri juga memiliki kandungan protein yang tidak kalah penting dari ikan asin (BI, 2016: 2). Astawan (2004) mengatakan ikan sebagai bahan pangan mempunyai nilai gizi yang tinggi dengan kandungan mineral, vitamin, lemak tak jenuh dan protein yang tersusun dalam asam-asam amino esensial yang dibutuhkan untuk pertumbuhan tubuh dan kecerdasan manusia.

Ikan teri menjadi salah satu ikan yang cukup banyak dikonsumsi sebagai lauk pauk. Sejauh ini, minat masyarakat terhadap ikan teri lebih banyak dikarenakan bentuknya yang kecil dan praktis untuk dimasak, harganya yang relatif murah, dan mudah didapatkan dipasaran karena ketersediaannya yang sangat banyak.

Ikan teri biasanya diolah secara sederhana sajian lauk pauk pada menu sehari-hari, seperti ikan teri goreng, sambal ikan teri, dan lain-lain. Oleh karena itu, supaya kehadirannya tidak membosankan perlu adanya variasi seperti mengolah kudapan tradisional Pariaman yang bisa dikembangkan yaitu *sala teri*. Seiring perkembangan zaman, membuat *sala lauak* harus ikut bersaing dengan makanan atau jajanan modern. Oleh karena itu mendokumentasikan, mengangkat kembali atau memvariasikan makanan tradisional seperti *sala teri* sangatlah penting supaya tetap terjaga kelestariannya. Serta dalam hal ini penulis melihat belum adanya penelitian mengenai *sala teri* dan kualitasnya.

Sehubungan uraian di atas, pada penelitian ini penulis mencoba menggantikan bahan sumber protein *sala lauak* ikan asin menjadi teri. Selain untuk memvariasikan jenis *sala lauak*, juga untuk meningkatkan mutu dimana nilai gizi teri juga bisa diperhitungkan dalam *sala*.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kualitas *sala teri* yang dihasilkan melalui uji organoleptik, dari segi bentuk, warna, aroma, rasa dan tekstur. Disamping itu, juga untuk menganalisis kandungan gizinya. Manfaat yang diharapkan adalah untuk meningkatkan variasi olahan *sala*, serta meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap kandungan gizi yang terdapat pada *sala teri*.

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan adalah eksperimen murni (*true eksperiment*).

B. Lokasi dan Jadwal Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2016 di Workshop Tata Boga, Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan, Universitas Negeri Padang, serta Laboratorium Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Andalas Padang.

C. Prosedur Penelitian

1. Tahap Persiapan

Sebelum melakukan pengolahan, maka perlu dipersiapkan bahan dan alat yang akan digunakan dalam pembuatan *salateri*. Adapun bahan-bahan yang perlu dipersiapkan adalah tepung beras, teri, bawang merah, bawang putih, cabemerah giling, jahe, kunyit, daun kunyit, daun bawang, garam, air dan minyak goreng. Sedangkan peralatan yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah timbangan digital, piring email, Waskom *stainless steel*, pisau, sendok makan, talenan, *blender*, wajan, panci perebus, sendok kayu, serok, kompor gas. Alat penyajian dalam penelitian ini piring kertas.

2. Tahap Pengolahan

Pada penelitian ini, resep standar yang digunakan adalah resep dari Wulan (2015 : 23) yaitu tepung beras (500 gr), ikan asin (40 gr), bawang merah (12 gr), bawang putih (24 gr), cabe merah giling (40 gr), jahe (12 gr), kunyit (4 gr), daun bawang (20 gr), daun kunyit (8 gr), garam (4 gr), air (1.000 gr) dan minyak goreng (1.000 gr). Sedangkan untuk resep penelitian, teri yang digunakan sebagai pengganti ikan asin sebanyak 20 gr, 40 gr, 60 gr dan 80 gr.

3. Tahap Penilaian

Setelah *sala* teri matang, kemudian beri kode sampel. Kemudian panelis melakukan uji organoleptik dengan cara mengamati, mencium, mencicipi, dan meraba sampel. Respon yang dirasakan oleh panelis dituliskan pada lembar uji organoleptik dengan memberitanda ceklis (√). Sampel terbaik berdasarkan uji organoleptik, dianalisis kandungan gizinya di laboratorium.

D. Analisis Data

1. Uji organoleptik

Data hasil uji organoleptik yang diperoleh ditabulasi, selanjutnya dilakukan analisis varian (ANOVA). Jika berbeda nyata dilanjutkan dengan uji Duncan (DNMRT).

2. Kandungan gizi

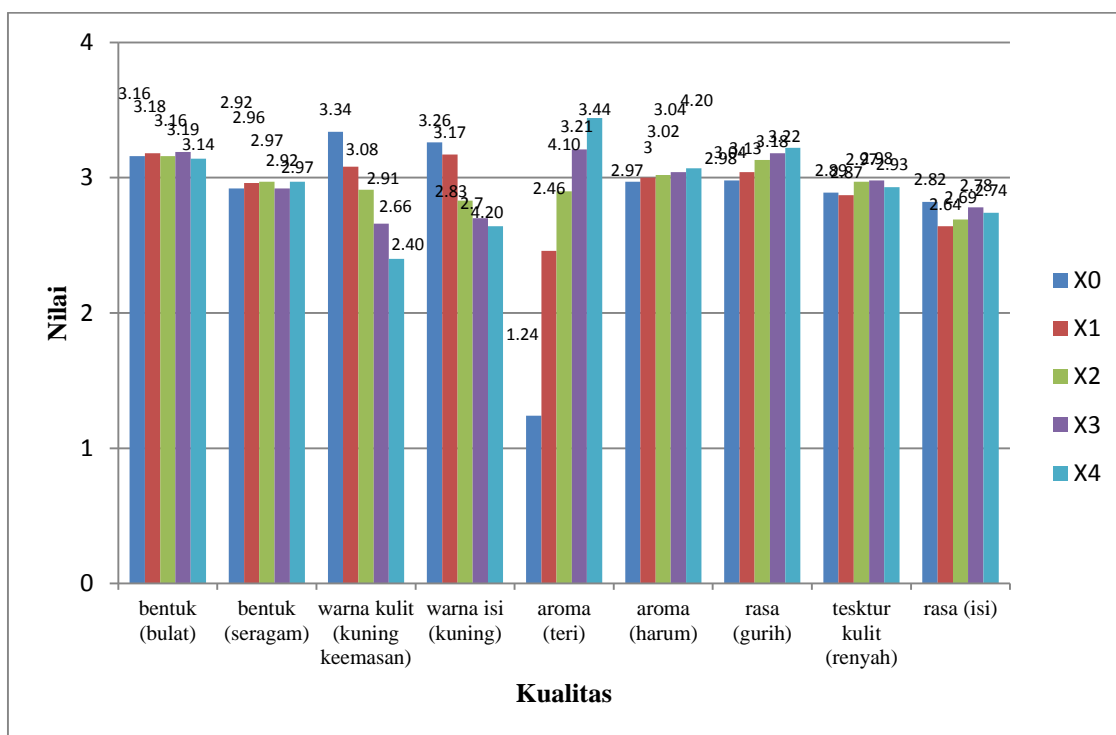
Sampel terbaik hasil uji organoleptik, dilanjutkan dengan analisis kandungan gizi dalam bentuk uji proksimat, yang terdiri dari : kadar karbohidrat, kadar protein, kadar lemak, kadar abu, dan kadar air.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan uji organoleptik (uji jenjang) yang telah dilakukan terhadap kualitas *sala* teri yang meliputi kualitas bentuk (bulat), bentuk (seragam), warna kulit (kuning keemasan), warna isi (kuning) aroma (teri), aroma (harum), rasa (gurih), tekstur kulit (renyah), dan tekstur isi (berongga) maka diperoleh hasil penelitian sebagai berikut ini.

Berdasarkan gambar, dapat dijelaskan bahwa nilai rata-rata uji jenjang untuk kualitas *salateri* bentuk (bulat) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 60gr (X₃), bentuk (seragam) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 60gr (X₃), warna kulit (kuning keemasan) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 20gr (X₁), warna isi (kuning) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 20gr (X₁), aroma (teri) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 80gr (X₄), aroma (harum) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 80gr (X₄), rasa (gurih) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 80gr (X₄), tekstur kulit (renyah) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 60gr (X₃) dan 40gr (X₁), tekstur (berongga) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 60gr (X₃), rasa (udang rebon) skor tertinggi terdapat pada perlakuan 100gr (X₄).



Gambar 1. Hasil Uji Organoleptik Sala Teri

B. Pembahasan

1. Bentuk

Indikator ini terdiri dari dua sub indikator yaitu bentuk bulat dan keseragaman bentuk. Pada sub indikator bentuk bulat, hasil ANAVA menyatakan H_a ditolak H_0 diterima. Artinya tidak terdapat pengaruh kualitas bentuk bulat terhadap penggunaan teri pada *sala*. Kualitas bentuk suatu makanan dipengaruhi oleh cara memetakannya. Onang menyatakan bahwa (1984: 54) “Sebuah bentuk dapat diciptakan dengan tangan bebas atau memakai alat pembantu”. *Salateri* yang dihasilkan berbentuk bulat dengan diameter ± 2 cm dengan berat 15 gram, yang dibentuk atau dicetak menggunakan tangan. Oleh karena itu, penggunaan teri tidak mempengaruhi kualitas bentuk pada *sala*. Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas bentuk bulat dengan nilai rata-rata terbaik adalah 3,19 pada variabel X_3 .

Sub indikator keseragaman bentuk, hasil ANAVA menyatakan H_a ditolak H_0 diterima yang artinya tidak terdapat pengaruh kualitas bentuk seragam terhadap penggunaan teri pada *sala*. Bentuk seragam dari *salateri* bisa dilihat dari keseragaman keseluruhan bentuk bulat *sala*. Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas bentuk seragam dengan nilai rata-rata terbaik adalah 2,98 pada variabel X_3 .

Kualitas bentuk diperoleh dari adonan, yaitu dari cairan dan tepung beras yang digunakan. Pada pencampuran tepung beras dan cairan, cairan harus dalam keadaan mendidih dan adonan harus diaduk cepat sampai rata. Adonan tersebut juga harus dibentuk selagi panas agar mendapat kualitas bulat terbaik dengan permukaan yang halus, dan tidak pecah-pecah.

2. Warna

Indikator ini terdiri dari dua sub indikator yaitu warna kulit dan warna isi. Pada sub indikator warna kulit (kuning keemasan), hasil analisis ANAVA menyatakan H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh kualitas warna kulit kuning keemasan terhadap penggunaan teri pada *sala*. Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas warna kulit (kuning keemasan) dengan nilai rata-rata terbaik adalah 3,34 pada variabel X_0 . Pada sub indikator warna isi (kuning), hasil analisis ANAVA menyatakan H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh kualitas warna isi (kuning) terhadap penggunaan teri pada *sala*. Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas warna isi (kuning) dengan nilai rata-rata terbaik adalah 3,17 pada variabel X_1 .

Kualitas warna pada *sala* teri ini dapat dipengaruhi oleh bahan yang digunakan yaitu jumlah protein (teri) yang berbeda untuk setiap perlakuan. Semakin tinggi kadar protein, semakin banyak protein yang menyebabkan Reaksi *Maillard* sehingga bahah menjadi kecoklatan. Winarno (2002) menyatakan bahwa “Reaksi *Maillard* adalah reaksi antara gula pereduksi pada karbohidrat dengan gugus amina primer pada asam amino protein. Hasil reaski tersebut menghasilkan bahan bewarna coklat”. Dapat disimpulkan bahwa, banyaknya perbandingan penggunaan teri pada *sala* maka akan menghasilkan warna yang kecoklatan, begitu juga sebaliknya semakin sedikit penggunaan teri maka akan menghasilkan kualitas warna kuning keemasan setelah *sala* digoreng. Warna yang dihasilkan pada *sala* teri dikarenakan adanya pengaruh dari pemakaian bahan yaitu teri, kunyit dan cabe giling. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa penggunaan teri memberi pengaruh terhadap kualitas warna *sala* teri.

3. Aroma

Indikator ini terdiri dari dua sub indikator yaitu Aroma teri dan Aroma Harum. Pada sub indikator aroma teri. Hasil ANAVA menyatakan H_0 diterima yang artinya terdapat pengaruh kualitas aroma teri terhadap penggunaan teri pada *sala*. Hal ini disebabkan oleh teri yang memiliki aroma yang khas, semakin banyak penggunaan teri maka semakin tinggi pula aroma yang ditimbulkan pada *sala*, dan bahan lainnya seperti garam dalam pengolahan akan mampu untuk meningkatkan aroma tersebut. Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas aroma teri dengan nilai rata-rata terbaik adalah 3,44 pada variabel X_4 .

Pada sub indikator aroma harum, hasil ANAVA menyatakan H_0 ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh kualitas aroma harum terhadap penggunaan teri pada *sala*. Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas aroma harum dengan nilai rata-rata terbaik adalah 3,07 pada variabel X_4 . Menurut Hasan Alwi (2002: 66) “Aroma adalah bau-bauan yang harum berasal dari makanan atau minuman”. Aroma makanan disebabkan oleh terbentuknya senyawa yang mudah menguap yang akan merangsang indra penciuman”. Aroma dapat dijadikan sebagai tanda baik atau tidaknya suatu produk makanan. Aroma teri dan aroma harum *sala* teri dihasilkan dari penggunaan teri, irisan daun kunyit, dan daun bawang dalam pengolahan *sala* teri. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa penggunaan teri memberi pengaruh terhadap kualitas aroma *sala* teri.

4. Rasa

Hasil ANAVA menyatakan H_0 diterima yang artinya terdapat pengaruh kualitas rasa (gurih) terhadap penggunaan teri pada *sala*. Menurut Wisnu (2007: 76) “Rasa adalah tanggapan indra pengecap terhadap rangsangan seperti rasa manis, asin, manis, pahit dan asam”. Rasa yang dihasilkan *sala* teri adalah rasa gurih karena dipengaruhi dari pemakaian teri dan bumbu-bumbu lainnya, semakin banyak teri yang digunakan *sala* yang dihasilkan semakin gurih. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis ANAVA kualitas rasa dengan nilai rata-rata terbaik adalah 3,22 pada variabel X_4 .

5. Tekstur

Indikator ini terdiri dari dua sub indikator yaitu tekstur kulit dan tekstur isi. Pada sub indikator tekstur kulit (renyah), hasil analisis ANAVA menyatakan H_0 ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh kualitas tekstur kulit penggunaan teri pada *sala*. Tekstur renyah pada *sala* ini dihasilkan dari penggunaan tepung beras yang telah disangrai sebagai bahan utamanya. Menurut Elnawati (2007: 1) “Tekstur *sala lauk* (makanan tradisional yang digoreng, terbuat dari tepung beras, tepung ikan, dan bumbu) dipengaruhi oleh tepung beras yang digunakan dalam pembuatannya”. Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas tesktur kerenyahan kulit dengan nilai rata-rata terbaik adalah 2,98 pada variabel X_3 .

Sub indikator tekstur isi (berongga), hasil analisis ANAVA menyatakan H_0 ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh kualitas tekstur isi penggunaan teri pada *sala*. Tekstur merupakan penilaian keseluruhan terhadap bahan makanan yang dirasakan oleh mulut. Tesktur isi *sala* ini didapatkan pada saat proses penggorengan dengan menggunakan api sedang dan minyak yang banyak, minyak yang panas sempurna, sehingga menghasilkan tekstur isi *sala* teri yang berongga (Helva, 2015: 72). Hasil analisis ANAVA menunjukkan kualitas berongganya tekstur isi dengan nilai rata-rata terbaik adalah 2,78 pada variabel X_3 .

6. Kandungan Gizi

Berdasarkan analisis terhadap kandungan gizi, diketahui bahwa: sala teri memiliki kadar karbohidrat 36,37%; kadar protein 3,11%; kadar lemak 14,05%; kadar air 45,19%; dan kadar abu 1,70%. Hal ini menunjukkan bahwa, sala teri memiliki kandungan gizi yang cukup dan baik untuk kesehatan, dapat diberikan sebagai makanan selingan yang bergizi, terutama bagi balita dan anak-anak usia sekolah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa:

1. Berdasarkan uji organoleptik diketahui bahwa sampel terbaik terdapat pada perlakuan X₃ dengan kategori: bentuk bulat dan seragam, warna kuning keemasan, beraroma harum teri, rasa gurih, serta bertekstur renyah dengan rongga di tengah.
2. Analisis kandungan gizi sala teri menunjukkan bahwa: kadar karbohidrat 36,37%; kadar protein 3,11%; kadar lemak 14,05%; kadar air 45,19%; dan kadar abu 1,70%.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa terutama dalam bidang boga, semoga dengan adanya penelitian ini dapat meningkatkan penganekaragaman olahan *sala* yang bervariasi dengan memanfaatkan sumber protein hewani lainnya.
2. Bagi Jurusan Ilmu Kesejahteraan Keluarga agar penelitian ini dapat menjadi pengetahuan acuan untuk penelitian yang akan mendatang.
3. Bagi masyarakat agar dapat memanfaatkan sumber protein hewani lainnya sehingga dapat meningkatkan penganekaragaman makanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anni Faridah, Kasmita, Asmar Yulastri, dan Liswarti Yusuf. (2008). Patiseri Jilid 1 dan 3. Jakarta: Depdiknas.
- Anonim, 2014. Bahaya Makan Ikan Asin. <http://www.sehatpedia.org//2016/bayangkan-nikmatnya-ikan-asin-yang.html> [15 Mei 2016]
- Anonim. 2016. Teri (Makanan). [https://id.wikipedia.org/wiki/Teri_\(makanan\)](https://id.wikipedia.org/wiki/Teri_(makanan)) [26 Juli 2016]
- Astawan, M. 2004. Manfaat Ikan bagi Jantung dan Wajah, <http://www.dkp.go.id>.
- Astuti, Indri. 2010. A-Z Resep Masakan Padang. Jakarta: Mecomedia.
- Elnawati, Elnawati and Budiyanto, Budiyanto and Yuwana, Yuwana. 2007. Studi Penggunaan Tepung Jagung Pada Pembuatan Sala Lauak. Undergraduated Thesis, Fakultas Pertanian UNIB.
- Hasan, Alwi. 2002. Tampilan Makanan Solo. Solo: Tiga Serangkai.
- Helva Wahyuni. (2015). Standarisasi Sala Lauak di Kanagarian Ulakan. Skripsi. Padang: UNP.
- Jufry Zelyn. 2015. Makalah Proses Pembuatan Ikan Asin. <http://m.kompasiana.com/jufryzelyn/makalah-proses-pembuatan-ikan-asin.html> [25 Mei 2016]
- Kamsina dan Inda. 2011. Pengaruh Jenis Tepung dan Pengolahan Ikan Terhadap Mutu Tepung Sala Lauk. Padang: Balai Riset dan Standarisasi Pangan.
- Kusumawati, Hasri Ndaru, dkk. 2012. Penentuan Kualitas Pangan & Uji Organoleptik. Semarang: UNDIP.
- Resmiati, dkk. 2003. Pengasinan Ikan Teri dan Kelayakannya di Desa Karanghantu Serang. Bandung: Universitas Padjadjaran.
- Setyaningsih, Dwi *et al.* 2010. Analisis Sensori untuk Industri Pangan dan Argo. IPB Press: Bogor.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Wahyuni, Helva. 2015. Standarisasi Resep Sala Lauk di Kanagarian Ulakan Kabupaten Padang Pariaman [Skripsi]. Padang: Universitas Negeri Padang.

- Wisnu Cahyadi. (2007). Analisis dan Aspek Kesehatan Bahan Tambahan Pangan. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wulan Puspita Sari. 2015. Kualitas dan Daya Terima Sala Lauak dengan Penambahan Bayam dan Ikan Segar Sebagai Makanan Anak Balita [Skripsi]. Skripsi. Padang: Universitas Negeri Padang.