

“PUKAD RED GINGSENG “ JAJANAN PENAMBAH STAMINA DAN SOLUSI DIET

“Pukad Red Ginseng “ Snacks Stamina Enhancer and Diet Solutions

Binti Dwi Rahmawati, Moh. Miftahus Surur, Anis Sa'adah, Mufidah Hanum, Lenia Puri Rahayu, Budhi Utami

Jurusan Pendidikan Biologi FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri 64111

Email : moh.miftahussurur@gmail.com

Abstract - *Ginseng* is the family of Araliaceae which has been famous and used in China since 3 BC by its various benefits. It is believed that the more aged the ginseng, the more healing, and the more healthful for the body. In Indonesia, the product of ginseng processed is not well known; as a result this product is not well socialized. One of the ginseng benefits is, counteract the fatigue, giving stimulant effects and releasing the symptoms of aging. Up to now people traditionally used the ginseng root only, while the Red ginseng fruit which has *anthocyanin* (antioxidants) and various health benefits has not used by the society specially for people in Kediri. The trial processed the red ginseng fruit after the harvest season is intended to introduce the product ginseng processed from *Pukad Red Ginseng* which is to improve performance and stamina, and to give diet solutions. It has been done three times production. Organoleptic test subject is the students, the official and the lecturer of University of Nusantara PGRI. The food process of pudding red ginseng is doing by mixing the fruit extract of Red Ginseng to the pudding admixture. The result shows that the third product is the most preferred for the flavor, aroma, color, texture, and the packaging which is match with the consumer taste. The utilization the red ginseng fruit is expected to give the motivation for the students of University Nusantara PGRI to make a culinary entrepreneurship. The product improvement, the packaging as well as the licensing for the *Pukad Red Ginseng* is very necessary to do. Furthermore, this culinary product is expected to promote the variety culinary especially in Kediri.

Keywords: *pukad red Ginseng, anthocyanin, improve performance and stamina and diet solution.*

PENDAHULUAN

Upaya pemerintah untuk memperbaiki mutu dan kualitas makanan di Indonesia setiap tahun selalu ditingkatkan. Sikap masyarakat sekarang yang sudah mengerti akan pentingnya makanan yang sehat, membuat makanan alternatif yang sehat banyak dicari oleh masyarakat di Indonesia. Puding merupakan makanan berserat terbuat dari rumput laut yang baik untuk pencernaan dan cukup digemari semua kalangan masyarakat. Banyak kreasi puding yang dibuat untuk menarik minat masyarakat, seperti dipadukan dengan buah-buahan, susu, atau coklat. Namun bagi orang yang memiliki penyakit diabetes hal tersebut merupakan suatu pantangan. Berlatar fenomena ini kami berinisiatif membuat suatu produk olahan puding yang bisa dikonsumsi oleh semua kalangan yaitu PUKAD red ginseng. Puding khas Kediri yang kami singkat PUKAD ini merupakan suatu produk olahan baru dengan

campuran buah ginseng Korea (*Panax schinsen*) atau yang dikenal red ginseng. Tanaman ginseng sudah dikenal sejak dahulu, terutama di negara China yang dikenal sebagai obat untuk segala macam penyakit. Berbagai penelitian farmakologi telah membuktikan ginseng dapat dipakai sebagai tonikum, mengatasi kelelahan, mempunyai efek stimulan, mengatasi gejala penuaan (Anonim *dalam* Nugroho, tanpa tahun).

Pemanfaatan tanaman ginseng lebih didominasi dari umbi dan daunnya yang diketahui mengandung saponin, antioksidan, peptida, polisakarida, alkaloid, lignans, dan poliasetilen. Saponin dikenal sebagai ginsenosides yaitu komposisi utama bioaktif (Jo et al., 1995; Sticher, 1998; 2 Palazon et al., 2003 *dalam* Ikhtimami, 2012). Ginseng juga membantu dalam mengekalkan kandungan normal gula dalam darah dan juga paras kolestrol dalam darah (Donald.J dan Brown N.D, 1996 dalam

Mohamed, 2010). Distribusi hasil metabolisme sekunder pada tanaman relatif sama di beberapa organ walaupun akumulasi bahan aktif kadang hanya pada organ-organ tertentu. Selama ini orang memanfaatkan ginseng hanya akarnya saja, sedangkan buah *red ginseng* yang juga memiliki berbagai khasiat masih belum dimanfaatkan oleh masyarakat di kota Kediri. Berdasarkan deskripsi di atas, pemanfaatan buah *Panax schinsens* (ginseng merah) menjadi puding ginseng merah patut dipertimbangkan sebagai sumber makanan bergizi dan merupakan solusi bagi seseorang yang menjalani diet dan sebagai jajanan penambah stamina.

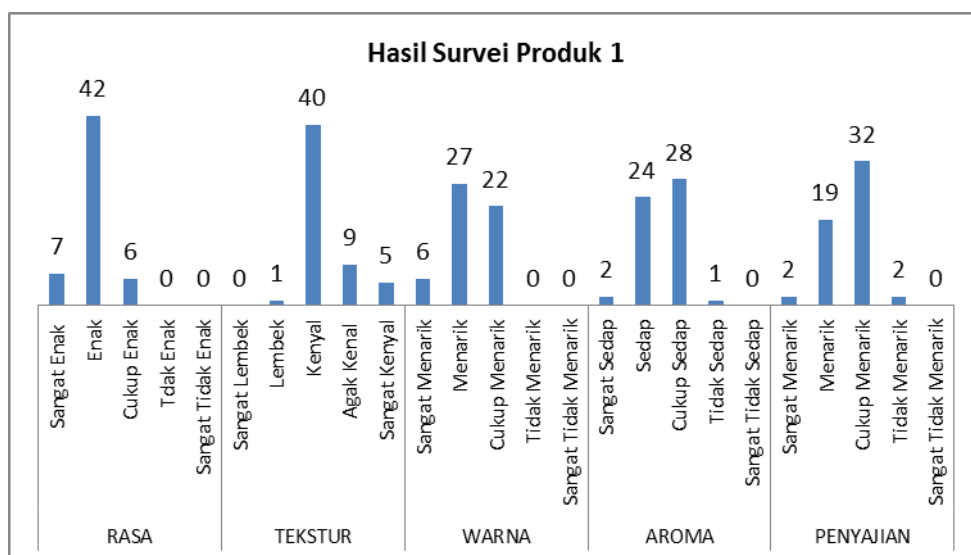
METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada 26 Februari 2014 sampai 1 Mei 2014 di daerah Mojojoto, Kota Kediri. Oleh karena keterbatasan yang dimiliki, penelitian ini menggunakan penelitian berjenis ADDIE. ADDIE merupakan singkatan dari *Analyze, Design, Development or Production, Implementation or Delivery, and Evaluation*. (Endang Mulyatiningsih, 2009:32 dalam Iriyanti, 2012). *Analysis*, mengumpulkan tiga resep dasar dari sumber yang relevan

sampai diperoleh resep yang sesuai dengan kualitas yang diharapkan oleh konsumen. *Design*, merancang formula dan resep pengembangan menggunakan bahan potensi lokal yang dipilih (buah red ginseng). *Development or production*, melakukan eksperimen atau percobaan untuk membuat produk yang telah dirancang. *Implementation*, produk yang telah dikembangkan diimplementasikan ke dalam kondisi yang sesungguhnya. Hasil eksperimen produk baru diuji coba sebanyak 3 kali kepada 55 responden untuk mendapat umpan balik. *Evaluation*, berdasarkan umpan balik yang diberikan maka dilakukan evaluasi produk dan perbaikan produk sehingga menghasilkan produk yang lebih baik dari sebelumnya.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian pembuatan puding red ginseng ini menggunakan uji organoleptik. Uji organoleptik adalah penilaian dengan indera atau penilaian sensorik merupakan suatu cara penilaian yang paling sederhana dengan cepat, langsung dan sangat teliti (Soekarto, 2000). Hasil penelitian seperti pada grafik berikut:

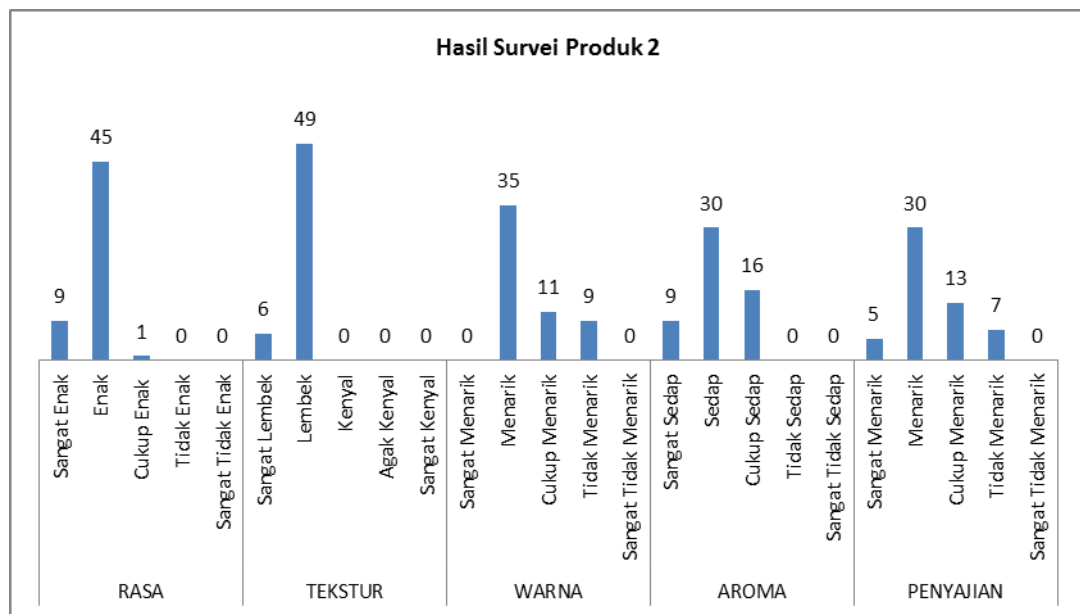


Gambar 1. Jumlah Uji Organoleptik Produk 1



Pada uji organoleptik produk 1, kami memberikan kuisisioner pada 55 responden yang seluruhnya menyatakan setuju jika produk ini dipasarkan. Rata-rata responden menyatakan rasa enak dan dari segi tekstur kenyal, sedangkan dari segi warna menarik dimana puding terdiri dari 2 warna yaitu merah dan putih. Dari segi

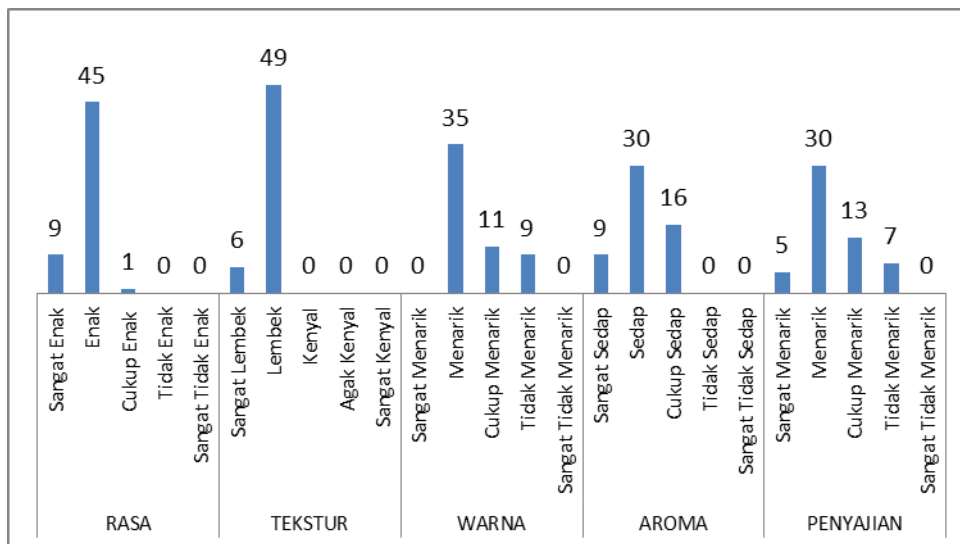
aroma rata-rata responden menyatakan cukup sedap karena pencampuran susu kental manis pada adonan. Penyajian cukup menarik karena pemberian topping dan label pada cup puding. Berdasarkan kritik dan saran dari responden maka kami memperbaikinya dengan membuat produk kedua



Gambar 2. Jumlah Uji Organoleptik Produk 2

Pada uji organoleptik produk 2, kami memberikan kuisisioner pada 55 responden yang seluruhnya menyatakan setuju jika produk ini dipasarkan. Rata-rata responden menyatakan rasa enak dan dari segi tekstur lembek, sedangkan dari segi warna menarik dimana puding terdiri dari 2 warna yaitu merah dan putih. Dari segi

aroma rata-rata responden menyatakan sedap karena pencampuran susu kental manis pada adonan. Penyajian menarik karena pemberian topping berupa nata dan penggantian label cup. Berdasarkan kritik dan saran dari responden maka kami memperbaikinya pada produk ketiga



Gambar 3. Jumlah Uji Organoleptik Produk 3

Pada uji organoleptik produk 3, kami memberikan kuisioner pada 55 responden yang seluruhnya menyatakan setuju jika produk ini dipasarkan. Rata-rata responden menyatakan rasa enak dan dari segi tekstur lembek, sedangkan dari segi warna menarik dengan warna ungu muda. Dari segi aroma rata-rata responden menyatakan sedap dengan penambahan rum pasta pada adonan. Disisi lain, aroma yang disebarkan oleh makanan merupakan daya tarik yang sangat kuat dan mampu merangsang indera penciuman sehingga membangkitkan selera (Zuhrina, 2011). Penyajian menarik dengan cup dan label penutup yang praktis. Penyajian makanan merupakan faktor tertentu dalam penampilan hidangan yang disajikan (Zuhrina, 2011).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil survey yang kami lakukan menunjukkan bahwa 55 responden menerima produk kami yaitu puding red ginseng jika dipasarkan. Selain itu, kualitas puding red ginseng berdasarkan uji organoleptik, rata-rata reponden menyatakan rasa enak, tekstur kenyal, warna

menarik, aroma cukup sedap, dan penyajian cukup menarik. Diharapkan puding red ginseng mampu menciptakan peluang usaha mandiri dan diterima masyarakat. Buah ginseng memiliki manfaat yaitu dapat meningkatkan stamina, menurunkan diabetes, dan mengurangi kolesterol, sehingga sasaran produk adalah kelompok masyarakat yang berusia di atas 20 tahun

DAFTAR PUSTAKA

- Ikhtimami, Aila. 2012. *Pengaruh Periode Subkultur terhadap Kadar Saponin Akar Rambut Tanaman Ginseng Jawa (Talinum Paniculatum Gaertn.)*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Iriyanti, Y. 2012. *Subtitusi Tepung Ubi Ungu dalam Pembuatan Roti Manis, Donat dan Cake Bread*. Program Studi Teknik Boga, Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mohamed, Azila Bt. 2010. *Kesan Ekstrak Daun Ginseng Jawa kepada Jumlah Sel Darah Merah mencit*. Malaysia: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Nugroho, Y. A., dkk. Tanpa tahun. *Toksitas Akut dan Khasiat Ekstrak Som Jawa (Talinum paniculatum Gaertn) Sebagai Stimulan* Ariani. newfol2/POKJANAS21.
- Zuhrina. 2011. *Pengaruh Penambahan Tepung Kulit Pisang Raja (Musa Paradisiaca) Terhadap Daya Terima Kue Donat*. Skripsi Sarjana Fakultas Kesehatan



Masyarakat Universitas Sumatera
Utara. Medan.

<http://rosellermz.blogspot.com/2010/05/khasiat-antosianin.html> (diakses pada tanggal 27 September 2013)

TANYA JAWAB

Penanya : Dini Siswani Mulia, S.Pi, M.Si dari
Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Pertanyaan :

Daya awet untuk puding red ginseng bagaimana?

Jawab :

Daya awet dalam lemari es sekitar 7 hari, daya awet diluar almari es sekitar 2 hari, jika ditambah pengawet akan lebih lama sekitar 8 bulan.

Saran : Roimil Latifa dari UMM Malang

Jika penelitian ini masuk ke dosen maka dosen suruh mengawal dan membimbing dan jadikan hasil penelitian ini untuk berlanjut ke PHB sehingga dananya bisa menjadi modal.

Saran : Dini Siswani Mulia, S.Pi, M.Si

Sebenarnya sudah bagus tetapi agak kurang manis dan kalau bisa ditambah label waktu kadaluarsa.

