

Exploring the Benefits of Psidium Guava Leaves in VALENUT PUDDING Product Development

Menggali Manfaat Daun Jambu Biji dalam Pengembangan Produk VALENUT PUDDING

Ni Nengah Dila Anggreni¹

Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga¹, Universitas Dhyana Pura,
Bali, Indonesia

(*) Corresponding Author: dilaanggreni7@gmail.com

Article info

Keywords:

Psidium Guava leaves, Coconut milk, Health, Valenut Pudding products

Abstract

This research aims to explore the potential and benefits of Psidium guava leaves in developing Valenut Pudding products. Psidium guava leaves are rarely used as processed food products because they have a bitter taste. But Psidium guava leaves are rich in benefits such as antioxidant compounds and nutrients that can provide added value to food products. In the Valenut Pudding product there is also coconut milk which has many benefits for body health. This research method was carried out by collecting data involving several respondents from the general public. The research results show that the use of psidium guava leaves mixed with coconut milk can produce Valenut Pudding products which are inspired by foods that are widely sold on the market. The resulting products also received a positive response from the general public. The implication of this research is the potential for developing functional food products that combine the benefits of psidium guava leaves and coconut milk to increase health value and can produce new innovative products that have a unique taste.

Kata kunci:

Daun jambu biji, Santan kelapa, Kesehatan, Produk Valenut Pudding

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggali potensi dan manfaat daun jambu biji dalam pengembangan produk Valenut Pudding. Daun jambu biji biasanya jarang dimanfaatkan sebagai olahan produk makanan karena memiliki rasa yang pahit. Tetapi daun jambu biji kaya akan manfaat seperti senyawa antioksidan dan nutrisi yang dapat memberikan nilai tambah pada produk makanan. Dalam produk Valenut Pudding terdapat juga santan kelapa yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Metode penelitian ini dilakukan dengan pengumpulan data yang melibatkan beberapa responden dari masyarakat umum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan daun jambu biji yang dicampurkan dengan santan kelapa dapat menghasilkan produk Valenut Pudding yang terinspirasi dari makanan yang banyak dijual dipasaran. Produk yang dihasilkan juga mendapatkan respon positif dari masyarakat umum.

Implikasi dari penelitian ini adalah potensi pengembangan produk makanan fungsional yang menggabungkan manfaat daun jambu biji dan santan kelapa untuk meningkatkan nilai kesehatan serta dapat menghasilkan produk inovasi baru yang memiliki rasa unik.

PENDAHULUAN

Indonesia kaya akan keanekaragaman alamnya, termasuk berbagai tanaman yang memiliki potensi manfaat kesehatan (Samedi, 2015). Salah satu tanaman yang memiliki manfaat luar biasa adalah jambu biji (*Psidium guajava*). Buahnya sering dikonsumsi sebagai camilan atau diolah menjadi berbagai produk pangan. Namun, selama ini daun jambu biji belum dioptimalkan sepenuhnya dalam olahan makanan.

Dalam hal ini, masyarakat didorong untuk terus berkembang dan lebih kreatif dalam dunia kuliner. Banyak sekali kuliner yang menjadi perhatian karena memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh manusia. Salah satu bahan alami yang memiliki banyak manfaat tetapi jarang diolah atau jarang digunakan yaitu daun jambu biji.

Daun jambu biji adalah bagian dari tanaman jambu biji (*Psidium guajava*), yang merupakan tanaman buah tropis yang populer. Jambu biji dikenal karena buahnya yang lezat dan kaya nutrisi, namun daunnya juga memiliki nilai yang signifikan. Menurut Hikmawanti, dkk., (2023) daun jambu biji biasanya hijau, tipis, dan berserat. Bentuknya oval atau bulat dengan ujung tumpul atau meruncing, tergantung pada varietasnya. Permukaan daunnya dapat halus atau sedikit bergerigi.

Daun jambu biji mengandung berbagai senyawa kimia, termasuk polifenol, flavonoid, tanin, saponin. Beberapa senyawa tersebut memberikan daun jambu biji sifat-sifat yang dapat mendukung kesehatan. Di beberapa budaya, daun jambu biji juga digunakan sebagai bahan tradisional untuk mengobati berbagai masalah kesehatan. Beberapa orang mengonsumsi daun jambu biji dalam bentuk teh atau ekstrak sebagai suplemen.

Yulaeka, dkk. (2017) mengemukakan bahwa daun jambu biji mengandung minyak esensial, komponen tannin, saponin, terpenoid, flavonoid, antosianin dan alkaloid. Kandungan flavonoid pada ekstrak daun jambu biji memiliki aktivitas antioksidan yang berperan sebagai penangkap radikal bebas dan dapat digunakan untuk meningkatkan fungsi endotel pembuluh darah. Selain itu, ada beberapa manfaat dari daun jambu biji seperti mengobati diare, menurunkan kadar gula darah, meredakan nyeri saat menstruasi, melawan kanker atau efek anti-kanker dan untuk meningkatkan imun tubuh.

Santan kelapa merupakan bahan cairan kental yang dihasilkan dari daging kelapa yang diperas. Praktik ini telah ada selama berabad-abad, terutama di daerah-daerah tropis di mana kelapa tumbuh melimpah. Orang-orang di berbagai wilayah seperti Asia Tenggara, India, Afrika, dan Amerika Latin telah lama menggunakan santan sebagai bahan utama dalam masakan tradisional mereka. Santan diperoleh dengan cara memeras daging kelapa yang telah diparut.

Terdapat dua jenis santan, yaitu santan kental (santan pertama) dan santan encer (santan kedua). Santan kental umumnya digunakan untuk masakan berat, sementara santan encer digunakan untuk masakan ringan atau minuman. Santan kelapa memiliki keberagaman penggunaan dalam masakan. Di berbagai negara Asia Tenggara, santan seringkali digunakan sebagai bahan pokok untuk membuat saus, sup, kari, dan hidangan khas lainnya. Selain itu, santan juga digunakan dalam pembuatan kue, minuman tradisional, dan makanan ringan. Santan kelapa mengandung nutrisi yang bermanfaat seperti lemak sehat, serat, dan beberapa vitamin dan mineral.

Meskipun tinggi kalori karena kandungan lemaknya, lemak pada santan sebagian besar adalah lemak jenuh, yang dalam jumlah moderat dapat bermanfaat untuk kesehatan. Manfaat santan bagi kesehatan berkaitan dengan asam laurat yang dianggap memiliki sifat antibakteri, antijamur dan antivirus, serta dapat mengendalikan malokolesterol dan bermanfaat bagi kesehatan jantung (Kumolontang, 2015). Ada beberapa manfaat yang diperoleh bila mengkonsumsi santan kelapa yaitu dapat meningkatkan kolesterol baik, meningkatkan fungsi kognitif, meningkatkan energi, mencegah kerusakan sel, mencegah infeksi virus dan bakteri, menurunkan berat badan dan memperkuat sistem kekebalan tubuh.

Berdasarkan keterangan tersebut, penulis membuat suatu produk inovasi baru dari daun jambu biji yaitu VALENUT PUDDING. Produk ini diciptakan dengan harapan agar masyarakat umum mengetahui manfaat dari daun jambu biji, serta mengkreasikan daun jambu biji dengan santan kelapa sehingga dapat menghasilkan produk baru yang memiliki rasa enak, unik dan memiliki nilai jual dipasaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data melalui kuensioner kepada masyarakat umum untuk mendapatkan tanggapan atau respon tentang pemanfaatan daun jambu biji. Menurut Sugiyono (2017:142), kuensioner adalah suatu metode pengumpulan data dimana responden diberikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab. Terdapat 20 orang masyarakat umum yang berpartisipasi dalam pengumpulan data ini.

Penilaian yang terdapat dalam kuensioner tersebut meliputi: apakah masyarakat pernah mendengar pudding yang terbuat dari daun jambu biji, sejauh mana masyarakat tertarik mencoba pudding dari daun jambu biji, produk apa yang lebih dipilih masyarakat sebagai makanan penutup, faktor yang mempengaruhi masyarakat untuk mencoba pudding dari daun jambu biji, sejauh mana masyarakat menerima produk inovasi tersebut, apakah produk tersebut memiliki potensi sebagai trend kuliner, dan apakah produk inovasi baru VALENUT PUDDING dapat direkomendasikan pada teman-teman atau keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengumpulan data melibatkan 20 responden dari kalangan masyarakat umum yang memiliki ketertarikan dalam dunia pariwisata khususnya bidang kuliner. Dari 20 responden tersebut berusia 11-54 tahun serta sebanyak 13 orang perempuan dan sebanyak 7 orang laki-laki.

Dari hasil kuensioner, responden memberikan tanggapan sebagai berikut: terdapat 14 orang yang tidak pernah mendengar pudding yang terbuat dari daun jambu biji dan 6 orang yang sudah pernah mendengar daun jambu dapat dioalah sebagai pudding. Dari 20 responden sebanyak 17 orang tertarik dan sangat tertarik mencoba pudding yang terbuat dari daun jambu karena produk ini merupakan produk baru (inovasi) yang jarang ada dipasaran.

Sebanyak 12 orang lebih memilih makanan inovatif seperti pudding dari daun jambu sebagai makanan penutup karena mempunyai manfaat bagi kesehatan dan rasa yang unik. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi responden untuk mencoba pudding dari daun jambu, diantaranya 8 orang memilih karena faktor kesehatan, 10 orang memilih karena faktor rasa dan 2 orang memilih karena faktor penampilan.

Menurut 13 orang, masyarakat akan menerima dengan positif konsep makanan pudding dari daun jambu dan menurut 7 orang lainnya bersifat netral akan produk tersebut. Dari 18 responden berpikir bahwa produk pudding dari daun jambu memiliki potensi untuk menjadi trend kuliner. Dan 19 responden mengatakan bahwa mereka akan merekomendasikan produk VALENUT PUDDING kepada teman-teman serta keluarga mereka.

Pembahasan

Puding dari daun jambu biji adalah inovasi kuliner yang tidak hanya memberikan kenikmatan rasa yang unik, tetapi juga menyimpan sejumlah manfaat kesehatan yang patut diperhatikan. Daun jambu biji sebagai bahan utama tidak hanya memberikan sentuhan alami pada puding, tetapi juga menyajikan manfaat antioksidan yang dapat melawan radikal bebas dalam tubuh. Kandungan vitamin C dalam daun jambu biji juga dapat memberikan kontribusi positif untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Ketika dipadukan dengan santan kelapa, puding ini bukan hanya sekadar hidangan pencuci mulut yang lezat, tetapi juga menyajikan tambahan gizi melalui lemak sehat dan mineral yang terkandung dalam santan kelapa. Santan kelapa memberikan sentuhan gurih, aroma yang khas, dan kelembutan pada tekstur puding, menciptakan pengalaman kuliner yang memanjakan lidah. Selain itu, penggunaan bahan lokal seperti daun jambu biji juga mendukung konsep berkelanjutan dan pertanian lokal. Dengan demikian, puding dari daun jambu biji bukan hanya menyuguhkan cita rasa unik, tetapi juga menjadi pilihan yang sehat dan berkelanjutan bagi pecinta kuliner yang ingin mengeksplorasi keanekaragaman produk makanan.



Gambar 1. VALENUT PUDDING (produk olahan daun jambu biji dan santan kelapa)
(sumber: dokumen pribadi, 2024)

SIMPULAN

Dalam rangka menggali potensi kreasi kuliner lokal, produk seperti Valenut Pudding, yang menggabungkan daun jambu biji dan santan kelapa, telah membuktikan diri sebagai pilihan yang menarik dan bernilai. Kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa Valenut Pudding bukan hanya menghadirkan kelezatan rasa yang unik, tetapi juga menawarkan berbagai manfaat kesehatan. Melalui inovasi ini, tidak hanya tercipta hidangan penutup atau camilan yang lezat, tetapi juga sebuah karya kuliner yang memanfaatkan bahan lokal dengan cara yang berkelanjutan. Dengan demikian, produk seperti Valenut Pudding tidak hanya memperkaya dunia kuliner lokal, tetapi juga membuka peluang untuk eksplorasi lebih lanjut dalam penggalian potensi bahan-bahan alami Indonesia untuk menciptakan produk pangan yang berkualitas, sehat, dan unik.

DAFTAR PUSTAKA

- Hikmawanti, N. P. E., Yumita, A., Hanani, E., Faradisa, S., Ashfiya, S. R. (2023). Anatomi Jaringan, Identifikasi Mikroskopis, serta Kadar Polifenol Ekstrak Etanol Daun dari Tiga Jenis Jambu Genus *Syzygium*. *MPI (Media Pharmacuetice Indonesiana)*, 5(1).
- Kumolontang, N. (2015). Pengaruh Penggunaan Santan Kelapa dan Lama Penyimpanan Terhadap Kualitas Cookies Santan. *Jurnal Penelitian Teknologi Industri*, 7(2).
- Samedi. (2015). Konservasi Keanekaragaman Hayati Di Indonesia Rekomendasi Perbaikan Undang-Undang Konservasi. *Jurnal Hukum Lingkungan*, 2(2).
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Yulaeka, Suwondo A, Suherni T et all, 2017, Effect of comsuming guava leaves (psidii folium) ekstrakt on the level of blood profile in teenege girls at vocational high school of pelebon Semarang Indonesia.



Jurnal Ekonomika, Bisnis, dan Humaniora (JAKADARA)

Vol. 3, No.2 Agustus 2024

Available online at <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/jakadara/index>

Research Article

e-ISSN: 2963-0924