

Sweet potato cream soup sebagai alternatif bisnis makanan sehat

Tati Setiawati¹, Sudewi², dan Ai Mahmudatussa'adah³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Tata Boga, Universitas Pendidikan Indonesia
tati.setiawati@upi.edu

Abstrak : *Cream soup* banyak disukai dan merupakan salah satu makanan sehat. *Cream soup* biasa dibuat dari kaldu yang dikentalkan dengan pati atau tepung. *Soup* yang dikentalkan dengan pure, disebut pure sup. Pure yang sering dipakai sebagai penyusun dan sekaligus pengental *soup* adalah kentang, wortel atau labu yang memiliki harga relatif mahal dibandingkan ubi jalar. Ubi jalar (*Ipomoea batatas L*) mengandung karbohidrat, vitamin, mineral, serat, oligosakarida, dan fitokimia lainnya yang baik untuk kesehatan. Produksi ubi jalar sangat melimpah, namun pemanfaatannya belum maksimal. Ubi jalar daging ungu memiliki kandungan antosianin, berfungsi sebagai antioksidan, anti inflamasi, menurunkan gula darah dan mencegah kanker usus. Ubi jalar kuning mengandung karoten lebih tinggi dibandingkan dengan ubi jalar yang berwarna krem yang berfungsi sebagai pro-vitamin A. Harga ubi jalar Rp. 8000/ Kg, sedangkan kentang mempunyai harga Rp 18.000/Kg. Untuk bisnis makanan sehat faktor yang harus dipertimbangkan adalah kandungan gizi bahan, ketersediaan, dan harga. Tujuan jangka panjang dari penelitian ini adalah mengembangkan produk makanan sehat berupa *sweet potato cream soup*. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan uji organoleptik. Hasil penelitian menunjukkan *sweet potato cream soup* diterima baik dan disukai panelis. Harga pokok pembuatan *sweet potato cream soup* jauh lebih murah dibandingkan *potato cream soup*. Gizi *sweet potato cream soup* relatif lebih tinggi dibandingkan *potato cream soup*. Ketersediaan bahan pokok ubi jalar sangat melimpah. Jadi *Sweet potato cream soup* sangat prospektif dijadikan sebagai bisnis makanan sehat.

Kata Kunci: *cream soup*, *sweet potato*, makanan sehat, organoleptik

1. Pendahuluan

Gaya hidup sehat sudah menjadi tren di kalangan masyarakat Indonesia terutama kaum intelektual. Banyak dari warga masyarakat yang mulai membiasakan gaya hidup sehat seperti berjalan kaki atau bersepeda ke tempat kerja dan memilih menu makanan yang lebih sehat. Kesadaran masyarakat untuk hidup sehat dan mengonsumsi makanan sehat semakin meningkat. Banyak orang yang ingin hidup sehat, tetapi tidak punya banyak waktu dan ingin menyiapkan segalanya serba instan. Hal ini dapat dijadikan sebagai peluang bisnis, terutama bisnis makanan sehat. Selama manusia hidup pasti sangat memerlukan makanan. Penyediaan makanan yang sehat bergizi menjadi peluang bisnis yang dapat dimanfaatkan, salah satunya adalah bisnis *sweet potato cream soup*.

Sup merupakan makanan cair yang terbuat dari kaldu (*stock*) daging, ayam,

ikan dan ditambahkan mirepoix, dan *bouquet garni* untuk menambah aroma. Sup dapat berdiri sebagai hidangan yang dikaitkan dengan giliran hidangan atau sebagai *appetizer* dan dapat merupakan hidangan yang berdiri sendiri atau sebagai *main course / main dish*. Pada hidangan kontinental sup mempunyai fungsi sebagai pembangkit selera makan, penambah nilai gizi, dan penetral rasa pada lidah. Produksi ubi jalar sangat melimpah, namun pemanfaatannya belum maksimal. Ubi jalar yang ditanam berdasarkan warna dagingnya ada 3 macam yaitu daging warna kuning, oranye dan ungu. Ubi jalar ungu dibandingkan dengan ubi jalar lainnya relatif tahan terhadap hama lanas dan cacing. Ubi jalar daging ungu memiliki kandungan antosianin, ubi jalar kuning mengandung karoten lebih tinggi dibandingkan dengan ubi jalar yang berwarna krem. Antosianin merupakan zat warna ping, merah, ungu, sampai biru kehitaman, larut air, berfungsi sebagai

antioksidan, anti inflamasi, menurunkan gula darah dan mencegah kanker usus. Ubi jalar daging kuning dan oranye kaya betakaroten yang merupakan komponen pro-vitamin A yang bermanfaat untuk menjaga kesehatan mata.

Menurut catatan Badan Pusat Statistik (2015), rata-rata produktivitas ubi jalar (*Ipomoea batatas L*) di Indonesia 123.29 ku/ha, dengan total produksi 2.196.033 ton. Rata-rata produktivitas ubi jalar di Jawa Barat 153.73 ku/ha, dengan total produksi 429.378 ton. Sentra penghasil ubi jalar di Jawa Barat diantaranya Cilembu Sumedang, Bandung, Garut, Kuningan, dan Ciamis. Kelebihan ubi jalar dibandingkan dengan umbi lainnya adalah dapat tumbuh di berbagai macam jenis tanah, mempunyai masa panen relatif singkat 3-6 bulan dan dapat dijadikan sebagai tanaman sela.

Selain karbohidrat sebagai kandungan utamanya, ubi jalar mengandung vitamin, mineral, fitokimia (antioksidan : β -karoten, Antosianin) dan serat (pektin, selulosa, hemiselulosa). Selain sebagai bahan makanan, ubi jalar sangat potensial digunakan sebagai bahan pembuatan tepung, pati dan pangan fungsional (Hidayat 2007; Teow *et al.* 2007; Waramboi 2011; Tomlins *et al.* 2012). Dalam 100 gram ubi jalar mengandung berbagai nutrisi yang sangat dibutuhkan oleh tubuh seperti: (1) kalori 123 kal, (2) protein 1.8 gram, (3) lemak 0.7 gram, (4) karbohidrat 27.9 gram, (5) mineral 1.1 gram, (6) kalium 49 mgram, (7) vitamin A 7.700 SI dan vitamin C 22 mgram. Ubi jalar mengandung zat antioksidan yang dapat mencegah pembentukan sel radikal bebas (kanker) maupun betakarotin, zat yang sangat dibutuhkan untuk kesehatan mata. Ubi jalar warna daging kuning dan oranye merupakan sumber pro – vitamin A yang potensial karena kandungan β -karoten sebagai zat warna ubi jalar. Varietas Ejumula yang ditanam di Uganda memiliki kandungan β -karoten sampai 325 μ g/g basis kering (Bengston *et al.* 2008). Sembilan puluh persen dari karotenoid ubi jalar daging orange adalah trans β -karoten (Bechoff *et al.* 2009a; Bengtsson *et al.* 2008).

Ubi jalar berdaging ungu mengandung banyak antosianin. Antosianin merupakan zat warna pada bunga, daun, umbi, buah dan sayur yang memberikan warna ping, merah, biru, ungu yang dipengaruhi oleh pH. Antosianin larut di dalam air, aman untuk dikonsumsi sehingga banyak digunakan sebagai pewarna alami untuk produk minuman, minuman fermentasi, jus, sari buah, bahkan mi instan. Antosianin memiliki aktivitas antioksidan (Cevallos-Casals & Cisneros-Zevallos 2004, Wu *et al.* 2004, Jiao *et al.* 2012; Burgos *et al.* 2013; Mahmudatussa'adah, 2014).

Menurut Jung *et al.* (2011) teknik pemasakan dapat menurunkan jumlah kandungan fenolat sebanyak 7% untuk oven, dan ~ 40% untuk teknik goreng / rebus. Kehilangan kandungan fenolat terbanyak secara berurutan rebus > goreng > saute – kukus > microwave – bakar dengan oven (Bechoff *et al.* 2010). Kim *et al.* (2012) menemukan bahwa jumlah antosianin berkurang hampir setengahnya ketika dikukus dan hanya sedikit saja berkurang ketika dipanggang. Proses pembuatan sweet potato cream soup dalam penelitian ini untuk ubi jalar dikukus dan untuk susu dipasteurisasi.

Jawa Barat merupakan salah satu penghasil susu terbesar di Indonesia. Susu biasa dibuat menjadi makanan probiotik dan *ice cream*. Produk probiotik sudah banyak dijual. Produk *sweet potato cream soup* masih jarang ditemui. Penelitian mengenai ubi jalar masih terbatas pada pemanfaatan ubi untuk pembuatan dodol, selai, pengaruh penyimpanan terhadap kemanisan, karakterisasi pati, tepung, polahidrolisis, perluasan lahan dan pemuliaan varietas unggul. Penelitian mengenai produk *sweet potato cream soup* belum ada yang melakukan. Dengan melihat produktivitas, kandungan kimia, sifat fungsional dan banyak keunggulan ubi jalar dibandingkan dengan jenis umbi lainnya. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan produk *sweet potato cream soup* sebagai alternatif bisnis makanan sehat.

2. Bahan dan Metode

2.1. Bahan dan Alat

Bahan-bahan yang digunakan untuk formulasi *sweet potato cream soup* adalah pasta ubi jalar, susu, *cooking cream*, wortel, *onion*, *salary*, *time*, cengkeh, *bay leave*, bawang putih, lada, susu skim, air, gula, dan garam yang diperoleh dari pasar tradisional dan pasar moderen.

Alat-alat yang digunakan dalam penelitian ini antara lain *stock pot*, *sauce pan*, *ladle*, *conicle*, *strainer*, dan peralatan gelas lainnya.

2.2. Metode Analisis

Metode analisis produk yang digunakan adalah uji organoleptik.

2.2.1. Uji Organoleptik Pengembangan Produk

Sifat organoleptik *sweet potato cream soup* dianalisa dengan menggunakan metode *Quantitative Descriptive Analysis* (QDA). Panelis menilai sifat spesifik sampel *sweet potato cream soup* yang disajikan dalam mangkok kecil dalam keadaan hangat. Penilaian terhadap *sweet potato cream soup* ini dimulai dari kenampakan, warna, rasa, aroma, konsistensi, tekstur, dan kekentalan. Setiap waktu penilaian panelis diberikan lembar pengamatan yang berisi garis lurus tidak bertanda sepanjang 10 cm. Penilaian terhadap sampel *sweet potato cream soup* untuk tingkat hedonik dalam bentuk tingkat kesukaan dari selang 1 sampai 5, dengan (1) sangat tidak suka, (2) tidak suka, (3) netral, (4) suka, dan (5) sangat suka.

2.2.2. Analisis Kelayakan Usaha Melalui Analisis SWOT

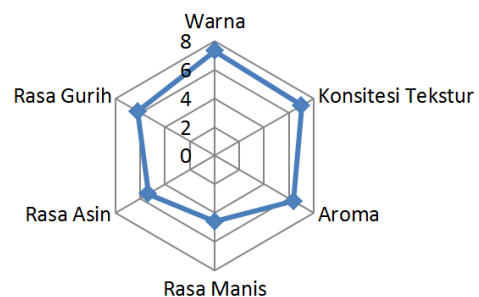
Untuk kelayakan usaha menggunakan analisis SWOT. Analisis SWOT dilakukan dengan cara melihat *Strenght* (kekuatan), *Weakness* (kelemahan), *Opportunity* (prospek ke depan), dan *Treat* (tantangan).

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Pembuatan *Sweet Potato Cream Soup*

Pembuatan *sweet potato cream soup* ini dilakukan dengan metode eksperimen. Dalam tahap formulasi awal (basis 100 gram) dilakukan *trial and error* untuk menentukan seberapa banyak pasta ubi jalar yang digunakan. Hasil pengembangan produk didapatkan jumlah pasta ubi jalar yang dapat digunakan adalah 50% dari total bahan. Jumlah energi per porsi sajian (200g) adalah 141.2 kalori. *Sweet potato cream soup* dapat dijual dengan harga Rp. 9000 / porsi. *Sweet potato cream soup* memiliki karakteristik sensori warna kuat sesuai jenis ubi jalar yang digunakan, konsistensi dan aroma yang baik, keseimbangan rasa manis, asin dan gurih yang proforsional. Untuk lebih jelasnya karakteristik sensori *sweet potato cream soup* dapat dilihat pada Gambar 1.

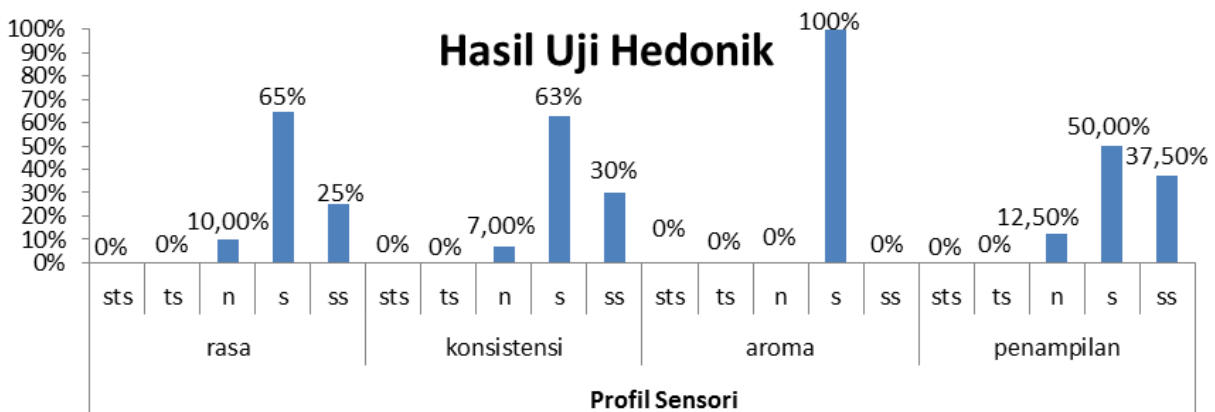
Profil Sensori *sweet potato cream soup*



Gambar 1. Profil sensorial *sweet potato cream soup*

3.2. Uji Hedonik

Uji hedonik merupakan pengujian oleh panelis tidak terlatih sebanyak 30 orang. Tujuan uji hedonik adalah untuk mengetahui penerimaan produk dengan tingkatan sangat tidak suka sampai sangat suka. Komponen yang dinilai dalam uji hedonik adalah rasa, konsistensi, aroma, dan penampilan.



Gambar 2. Hasil uji hedonik sweet potato cream soup

Gambar 2 memperlihatkan grafik rata-rata kesukaan panelis tidak terlatih untuk rasa *sweet potato cream soup*. Untuk rasa 90% panelis menyukai rasa *sweet potato cream soup*, 93% panelis menyukai konsistensi, aroma *sweet potato cream soup* disukai oleh seluruh panelis dan 87,5% panelis menyukai penampilan secara keseluruhan *sweet potato cream soup*.

3.3. Analisis SWOT

Hasil analisis SWOT untuk kelayakan bisnis produk *sweet potato cream soup* sebagai berikut :

3.3.1. Strength

- Lokasi sentra produksi bahan baku sangat dekat dengan tempat usaha.
- Bahan baku sangat melimpah dan harganya relatif murah.
- Ubi jalar mengandung komponen antioksidan dan warna alami yang sangat menarik.
- Ubi jalar mengandung serat yang berfungsi sebagai prebiotic sehingga sangat baik untuk kesehatan.
- Lokasi usaha sangat strategis (jalur emas) dekat dengan pusat wisata Lembang, Setiabudhi, Cihampeulas, dan Dago.
- Ketua, Anggota dan pembimbing semuanya berkecimpung dengan

pengolahan makanan dan mengerti gizi (*functional food*).

- Ketua, Anggota kelompok memiliki motivasi untuk menjadi enterpreuneur.

3.3.2. Weakness

- Modal untuk memulai usaha besar.
- Ketua dan Anggota peneliti sibuk dengan perkuliahan, penelitian, dan pengabdian

3.3.3. Oportunity

- Sweet potato cream soup* yang dibuat memiliki kandungan yang lebih sehat dibandingkan produk sup dari sumber pati yang lain.
- Masyarakat konsumen semakin sadar gizi.
- Banyaknya wisatawan, mahasiswa, dan acara-acara seminar, wisuda dll di UPI.

3.3.4. Threat

- Harus membagi waktu antara perkuliahan dengan kegiatan wirausaha.
- Harga bahan baku yang fluktuatif.

Dari semua analisis peluang usaha yang telah dilakukan, produk *sweet potato cream soup* memiliki nilai profit tinggi dan dapat dijadikan rintisan usaha yang dapat dipertahankan keberlanjutannya (*sustainable*).

4. Penutup

Kesimpulan dari penelitian ini adalah *sweet potato cream soup* diterima baik dan disukai panelis. Harga pokok pembuatan *sweet potato cream soup* jauh lebih murah dibandingkan *potato cream soup*. Gizi *sweet potato cream soup* relatif lebih tinggi dibandingkan *potato cream soup*. Ketersediaan bahan pokok ubi jalar sangat melimpah. Jadi *sweet potato cream soup* sangat prospektif dijadikan sebagai bisnis makanan sehat.

5. Daftar Pustaka

- Badan Pusat Statistik. "Produksi Ubi Jalar per Provinsi Tahun 2009-2015". Biro Pusat Statistik dan Ditjen Bina Produksi Tanaman Pangan 2015. <http://www.bps.go.id/sector/agri/pangan/table2.shtml>. 2015.
- Bechoff A, Dufour D, Dhuique-Mayer C, Marouze C, Reynes M, & Westby A. "Effect of hot air, solar and sun drying treatments on provitamin A retention in orange-fleshed sweet potato". *Journal of Food Engineering* 92: 164–171, 2009.
- Bechoff A, Dhuique-Mayer C, Dornier M, Tomlins K, Boulanger R, Dufour D, Westby A. "Relationship between the kinetics of β -carotene degradation and formation of norisoprenoids in the storage of dried sweet potato chips". *Food Chemistry* 121: 348–357, 2010.
- Bengtsson A, Namutebi A, Larsson Alminger M, & Svanberg U. *Effects of various traditional processing methods on the all-trans- β -carotene content of orange-fleshed sweet potato*. *Journal of Food Composition and Analysis* 21: 134–143, 2008.
- Burgos, G., Amoros, W., Mun˜oa, L., Sosa, P., Cayhualla, E., Sanchez, C., Di´az, C. dan Bonierbale, M., "Total phenolic, total anthocyanin and phenolic acid concentrations and antioxidant activity of purple-fleshed potatoes as affected by boiling". *Journal of Food Composition and Analysis* 30: 6-12, 2013.
- Cevallos-Casals BA & Cisneros-Zevallos L. "Stoichiometric and kinetic studies of phenolic antioxidants from Andean purple corn and red-fleshed sweet potato". *Journal of Agricultural and Food Chemistry* 51: 3313–3319, 2003.
- Hidayat B, Ahza AB, Sugiyono. "Karakteristik tepung ubi jalar (*Ipomoea batatas* L.) varietas Shiroyutaka serta kajian potensi penggunaannya sebagai sumber pangan karbohidrat alternative". *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan* 18 (1): 32-39, 2007.
- Jiao, Y., Jiang, Y., Zhai, W. dan Yang, Z., "Studies on antioxidant capacity of anthocyanin extract from purple sweet potato (*Ipomoea batatas* L.)". *African Journal of Biotechnology* 11: 7046-7054, 2012.
- Jung J-K, Lee S, Kozukue N, Levin CE, Friedman M., *Distribution of phenolic compounds and antioxidative activities in parts of sweet potato (*Ipomoea batata* L.) plants and in home processed roots*. *Journal of Food Composition and Analysis* 24: 29–37. 2011.
- Kim HW, Kim JB, Cho SM, Chung MN, Leen YM, Chu SM, Che JH, Kim SN, Kim SY, Cho YS, Kim JH, Park HJ, Lee DJ. "Anthocyanin changes in the Korean purple-fleshed sweet potato, *Shinzami*, as affected by steaming and baking". *Food Chemistry* 130: 966–972, 2012.
- Mahmudatussa'adah, A., Fardiaz, D., Andarwulan, N., Kusnandar, F., "Karakteristik warna dan aktivitas antioksidan antosianin ubi jalar ungu". *J.Tenol. dan Industri Pangan* 25(2): 176-184, 2014.

Teow, C.C., Truong, V., Feeters, R., Thompson, R.L., Pecota, K.P., Yencho, G.C., "*Antioxidant activities, phenolic and b-carotene contents of sweet potato genotypes with varying flesh colours*". Food Chemistry. 103: 829–838, 2007.

Tomlins, K., Owori, C., Bechoff, A., Menya, G., Westby, A., "*Relationship among the carotenoid content, dry matter content and sensory attributes of sweet potato*". Food Chemistry 131: 14–21, 2012.

Waramboi, J.G., Dennien, S., Gidley, J.M., Sopade, A.P., "*Characterisation of sweet potato from Papua New Guinea and Australia: Physicochemical, pasting and gelatinisation properties*". Food Chemistry 126: 1759–1770. 2011.

Wu X, Beecher GR, Holden JM, Haytowitz DB, Gebhardt SE, Prior RL, "*Lipophilic and hydrophilic antioxidant capacities of common foods in the United States*". Journal of Agricultural and Food Chemistry 52: 4026–4037, 2004.