

UPAYA PENINGKATAN DIVERSIFIKASI PENGOLAHAN MAKANAN DAN PELUANG USAHA LABU KUNING DALAM ERA INDUSTRI KREATIF

Titin Hera Widi Handayani

Pendidikan Teknik Boga dan Busana FT UNY

ABSTRAK

Beraneka ragam bahan pangan lokal Indonesia mempunyai potensi gizi dan komponen bioaktif yang baik, namun belum termanfaatkan secara optimum. Salah satu penyebabnya adalah keterbatasan pengetahuan masyarakat akan manfaat komoditas pangan tersebut. Labu kuning adalah salah satu komoditas pertanian yang banyak mengandung β - karoten atau provitamin A yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Labu kuning dapat dikonsumsi baik dalam keadaan mentah dengan dibuat juice, maupun setelah dimasak menjadi berbagai macam masakan. Selain itu, labu kuning juga dapat diolah menjadi produk awetan kering berupa tepung labu kuning dan *puree* labu kuning, sehingga dapat tahan disimpan dalam waktu yang lama dan dapat secara praktis digunakan sebagai bahan pembuatan berbagai produk makanan seperti kue, roti, cake, dan cookies. Diharapkan potensi usaha labu kuning ini dapat digiatkan dengan menggali potensi olahan yang ada sebagai agroindustri berbasis produk olahan bahan lokal. Hal ini dapat mendukung program pemerintah dalam upaya menggalakkan industri kreatif di Indonesia.

Kata Kunci: Labu Kuning, Peluang Usaha

PENDAHULUAN

Labu kuning atau yang dikenal sebagai waluh merupakan salah satu komoditas pertanian yang saat ini mulai mendapatkan perhatian karena potensi gizinya yang tinggi. Labu kuning merupakan bahan pangan yang kaya karbohidrat. Di samping itu, labu kuning juga kaya karotenoid, yaitu suatu kelompok senyawa yang berwarna kuning-jingga, yang pada saat ini diketahui mempunyai sifat fungsional sebagai

antioksidan. Betakaroten merupakan salah satu jenis karotenoid, disamping mempunyai aktivitas biologis sebagai provitamin -A, juga dapat berperan sebagai antioksidan yang efektif. Antioksidan merupakan senyawa-senyawa yang dapat menghambat terjadinya proses oksidasi, sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit-penyakit degeneratif, misalnya penuaan dini, kanker, diabetes, dan katarak (Henny, 2003:3).

Selama ini, pembuatan makanan cenderung lebih banyak menggunakan tepung terigu sebagai bahan dasar. Padahal, Indonesia bukan negara yang menghasilkan gandum untuk bahan dasar tepung terigu, sehingga untuk memenuhi kebutuhan tepung terigu harus diimpor dari negara lain. Apabila tepung terigu tersebut dapat diganti dengan tepung labu kuning, maka dapat menurunkan kebutuhan terhadap impor gandum.

Labu kuning dapat dikonsumsi baik dalam keadaan mentah dengan dibuat juice, maupun setelah dimasak menjadi berbagai macam masakan. Selain itu, labu kuning juga dapat diolah menjadi produk awetan kering berupa tepung labu kuning, sehingga dapat tahan disimpan dalam waktu yang lama dan dapat secara praktis digunakan sebagai bahan pembuatan berbagai produk makanan seperti kue, roti, cake, dan cookies.

Kue, roti manis, cake dan cookies merupakan jenis produk yang sering ditampilkan di toko roti, cake shop, maupun catering. Hal ini karena produk tersebut sudah dikenal oleh masyarakat luas sebagai makanan selingan. Roti manis merupakan salah satu produk beragi atau kelompok *bread* (roti) yang cukup mengandung lemak dan berasa manis. Cake merupakan produk yang berasa manis serta kaya akan lemak dan gula yang diperoleh dari hasil pembakaran. Cookies atau kue kering yaitu cake dalam bentuk kecil dengan rasa manis atau asin yang diselesaikan dengan dibakar.

PEMBAHASAN

A. Labu Kuning

Beraneka ragam bahan pangan lokal Indonesia yang mempunyai potensi gizi dan komponen bioaktif yang baik, namun belum termanfaatkan secara optimum. Salah satu penyebabnya adalah

keterbatasan pengetahuan masyarakat akan manfaat komoditas pangan tersebut. Labu kuning adalah salah satu komoditas pertanian yang banyak mengandung β - karoten atau provitamin A yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Labu merupakan buah yang dihasilkan oleh sejumlah anggota suku labu-labuan (*Cucurbitaceae*), terutama yang berukuran cukup besar dan berbentuk bulat atau memanjang. Buah labu kuning dapat digunakan sebagai sayur, sup, atau desert. Masyarakat umumnya memanfaatkan labu yang masih muda sebagai sayuran (lodeh, asem-asem, brongkos). Olahan tradisional yang paling dikenal dari labu kuning ialah kolak. Disamping itu, labu kuning juga mengandung zat gizi seperti protein, karbohidrat, beberapa mineral seperti kalsium, fosfor, besi serta beberapa vitamin B dan C. Kandungan gizinya yang cukup lengkap dan harganya yang relatif murah, maka labu kuning ini merupakan sumber gizi yang sangat potensial untuk dikembangkan sebagai alternatif pangan masyarakat (F. Hero K. Purba, 2013).

Labu kuning tergolong dalam bahan pangan minor, karena pemanfaatannya sebagai bahan pangan masih sangat minim. Tingkat konsumsi labu kuning di Indonesia masih sangat rendah kurang dari 5 Kg per kapita per tahun. Pemanfaatan labu kuning selama ini terbatas dalam ruang lingkup olahan tradisional, misalnya sebagai sayuran (lodeh, sayur bening), bahan dasar kolak dan aneka kue (dawet, lepet, jenang, dodol). Bagi masyarakat Manado labu kuning digunakan dalam pembuatan Bubur Manado dan di Sulawesi Selatan, labu kuning digunakan dalam sayur bayam. Pemanfaatan labu kuning labu kuning merupakan bahan pangan yang mengandung kalori, karbohidrat, protein, lemak, mineral (kalsium, pospor, besi, natrium, kalium, tembaga dan seng), β -karoten, tiamin, niacin, serat, dan vitamin C. Kandungan gizi yang sering diunggulkan dari labu kuning adalah kandungan β -karoten yang merupakan pro vitamin A (sumber vitamin A), di dalam tubuh akan dirubah menjadi vitamin A yang berfungsi melindungi mata (dari serangan katarak) dan kulit, kekebalan tubuh dan reproduksi. Karena itu labu kuning dikenal sebagai "raja betakarotan". Daging buahnya juga mengandung antioksidan yang bermanfaat sebagai anti kanker. Labu kuning juga dapat digunakan untuk pengobatan radang, jantung, diabetes, disentri, ginjal, demam dan diare

(F. Hero K. Purba, 2013). Berikut kandungan gizi buah labu kuning per 100 gr:

Tabel 1. Komposisi Zat Gizi Labu Kuning per 100 gram bahan

Komponen	Jumlah
Kalori (kal)	29
Protein (g)	1,1
Lemak (g)	0,3
Karbohidrat (g)	6,6
Kalsium (mg)	45
Fosfor (mg)	64
Besi (mg)	1,4
Vitamin A (SI)	180
Vitamin B1 (mg)	0,08
Vitamin C (mg)	52
Air (g)	91,2
b.d.d (%)	77

Sumber : Departemen Kesehatan RI., (1996).

B. Pemanfaatan Labu Kuning sebagai Produk Olahan

Labu kuning dapat dimanfaatkan selain dalam kondisi mentah juga dapat diolah menjadi tepung dan *puree*.

1. Tepung Labu Kuning

Pengolahan produk setengah jadi merupakan salah satu cara pengawetan hasil panen, terutama untuk komoditas pangan yang berkadar air tinggi, seperti umbi-umbian dan buah-buahan. Keuntungan lain dari pengolahan produk setengah jadi, sebagai bahan baku yang fleksibel untuk industri pengolahan lanjutan, aman dalam distribusi, serta hemat ruang dan biaya penyimpanan. Teknologi pembuatan tepung merupakan salah satu proses alternatif produk setengah jadi yang dianjurkan karena lebih tahan disimpan, mudah dicampur (dibuat komposit), dibentuk, diperkaya zat gizi, dan lebih cepat dimasak sesuai tuntutan kehidupan modern yang serba praktis. Dari segi proses, pembuatan tepung hanya membutuhkan air relatif sedikit dan ramah lingkungan dibandingkan dengan pembuatan pati (<http://www.suaramedia.com>, 2010).

Dalam rangka meningkatkan pemanfaatan buah labu kuning perlu adanya penganeekaragaman produk sehingga mendorong pemanfaatan labu kuning yang lebih luas. Guna pemanfaatan lebih praktis, labu kuning perlu diolah menjadi tepung. Apabila sudah diproduksi sebagai bentuk tepung, maka dapat dipergunakan sebagai jajan basah dan kering maupun makanan bayi dan manula.

Tepung labu kuning adalah tepung dengan butiran halus, lolos ayakan 60 mesh, berwarna putih kekuningan, berbau khas labu kuning dengan kadar air $\pm 13\%$. Kondisi fisik tepung labu kuning ini sangat dipengaruhi oleh kondisi bahan dasar dan suhu pengeringan yang digunakan. Semakin tua buah labu kuning semakin tinggi kadungan gulanya. Oleh karena kandungan gula yang tinggi ini, apabila suhu yang digunakan pada proses terlalu tinggi, tepung yang dihasilkan akan bergumpal (Jawa : *kempel*) dan berbau karamel.

Labu kuning merupakan tumbuhan yang kaya betakaroten dapat menjadi bahan biofortifikasi pada produk pangan olahan. Fortifikasi dapat dilakukan dengan menggunakan labu kuning segar yang ditambahkan pada pembuatan roti, es krim dan produk pangan lain yang disukai anak-anak. Fortifikasi juga dapat dilakukan dengan terlebih dahulu mengolah labu kuning menjadi tepung yang selanjutnya diaplikasikan pada pengolahan pangan. Tepung labu kuning yang dihasilkan mengandung karbohidrat 78,77%; protein 3,74%; lemak 1,34%; serat kasar 2,90%; betakaroten 7,29 mg/100 g. Dengan kandungan gizi yang dimilikinya, terutama betakaroten (provitamin A) nya yang tinggi, tepung labu kuning baik digunakan untuk bahan fortifikasi pangan terutama makanan anak-anak sehingga dapat meningkatkan nilai gizinya (F. Hero K. Purba, 2013).

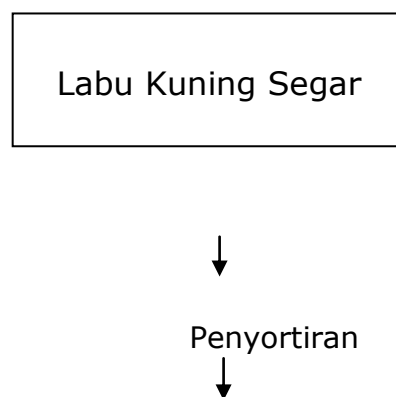
Kualitas tepung labu kuning ditentukan oleh komponen penyusunnya yang akan menentukan sifat fungsional adonan maupun produk tepung yang dihasilkan serta suspensinya dalam air. Komponen tersebut antara lain adalah protein, karbohidrat, lemak dan enzim. Protein tepung labu kuning mengandung protein jenis *gluten* yang cukup tinggi sehingga mampu membentuk jaringan tiga dimensi yang *kohesif* dan *elastis*. Sifat ini akan sangat berfungsi pada pengembangan volume roti dan produk makanan lain yang memerlukan pengembangan volume (Henny, 2003).

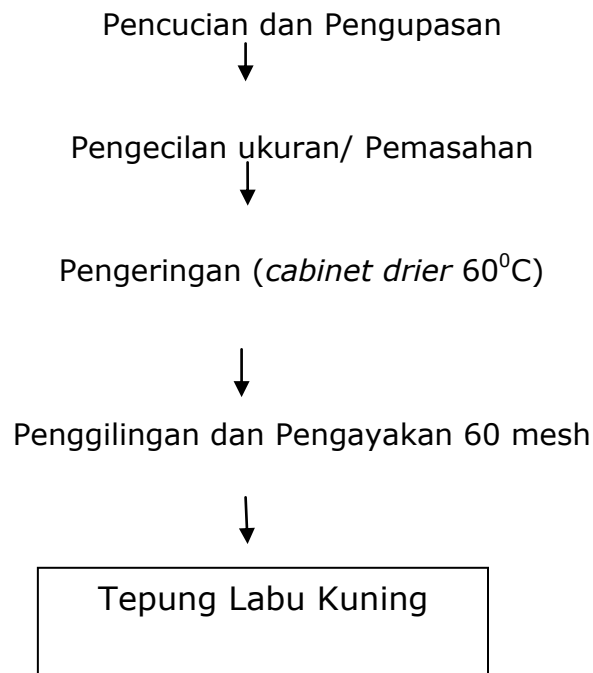
Karbohidrat tepung labu kuning juga cukup tinggi. Karbohidrat ini sangat berperan dalam pembuatan adonan pati. Granula pati akan melekat pada protein selama pembentukan adonan. Kelekatan antara granula pati dan protein akan menimbulkan kontinuitas struktur adonan. Adonan pati tersebut akan mampu menahan air walaupun air yang tersedia terbatas dan hanya terjadi gelatinisasi sebagian. Granula cukup fleksibel untuk memanjangkan gluten. Selain itu meskipun kandungan lemak labu kuning tidak terlalu tinggi namun bersama dengan gluten akan mampu membentuk adonan.

Adapun enzim yang terkandung dalam tepung labu kuning adalah *amilase*, *protease*, *lipase*, dan *oksidase*. Enzim amilase akan menghidrolisis pati menjadi *maltosa* dan *dekstrin* sedangkan enzim *protease* berperan dalam pemecahan protein sehingga akan mempengaruhi elastisitas gluten. Penambahan ragi dalam tepung labu kuning akan menghasilkan *maltase* dan *sukrose* yang akan menghidrolisis maltosa dan sukrosa menjadi monosakarida seperti *glukosa* dan *fruktosa*, yang selanjutnya dipecah lagi menjadi alkohol dan CO₂ yang berfungsi dalam pengembangan volume roti.

Tepung labu kuning mempunyai kualitas tepung yang baik karena mempunyai sifat gelatinisasi yang baik sehingga dengan demikian dapat membentuk adonan dengan konsistensi, viskositas, kekenyalan maupun elastisitas yang baik, sehingga roti yang dihasilkan akan berkualitas baik pula (Henny, 2003).

Diagram alir proses pembuatan tepung labu kuning dapat dilihat pada Gambar 1.





Gambar 1. Diagram Alir Proses Pembuatan Tepung Labu Kuning

Daya simpan tepung labu kuning relatif lama. Namun demikian karena tepung labu kuning merupakan tepung yang sangat higroskopis (mudah menyerap air / uap air), maka penyimpanannya harus dilakukan sedemikian rupa yaitu dengan mengusahakan agar udara dan sinar tidak dapat menembus wadah. Adapun jenis pengemas yang sering digunakan untuk mengemas tepung labu kuning adalah plastik yang dilapisi *aluminium foil*. Bila penyimpanannya dilakukan pada tempat yang kering, maka tepung labu kuning ini dapat tahan penyimpanan selama dua bulan.

Tepung labu kuning dapat dimanfaatkan sebagai substitusi penggunaan tepung dalam pembuatan cake, roti kering, kudapan, ataupun lauk pauk. Selain itu, tepung labu kuning juga dapat

dimanfaatkan sebagai formula dalam makanan bayi karena kandungan pro-vitamin A-nya yang tinggi. Pembuatan tepung labu kuning sangatlah sederhana, dengan memanfaatkan peralatan yang ada di rumah bisa dibuat tepung labu kuning sehingga memiliki nilai ekonomis yang lebih tinggi.

2. *Puree* Labu Kuning

Labu kuning umumnya dikonsumsi orang sebagai sup, kolak, atau dimasak sebagai sayur. Rasa manisnya ternyata juga dapat dibuat *puree* untuk anak. Manfaatnya yaitu dapat menurunkan demam, mengobati diare, menjaga kesehatan mata, dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh anak (2013). *Puree* adalah variasi dari bubur dimana bahan utamanya adalah buah atau sayuran yang diproses dengan blender hingga lembut. Untuk buah dan sayuran tertentu, bahan utama dikukus terlebih dahulu hingga lunak dan matang sebelum diblender. Demikian juga untuk pembuatan *puree* labu kuning.

Puree labu kuning dibuat dengan cara mencuci, mengukus, mengupas, dan melumatkan labu kuning sehingga diperoleh suatu massa labu kuning yang halus, lembut, dan berair. Penggunaan *puree* labu kuning dalam pembuatan kue, roti, cake, dan cookies dipandang lebih menguntungkan karena kehilangan zat gizinya tidak sebanyak proses penepungan.

Diagram alir proses pembuatan *puree* labu kuning dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Diagram Alir Proses Pembuatan *Puree* Labu Kuning

C. Peluang Usaha Produk Olahan Labu Kuning

Makanan adalah kebutuhan pokok manusia yang paling utama karena semua manusia pasti butuh makan untuk memberikan nutrisi dan energi pada tubuhnya. Dan berbisnis makanan/ kuliner boleh dibilang salah satu jenis usaha yang tidak akan pernah “mati” karena akan selalu dicari oleh banyak orang untuk memenuhi kebutuhan tubuh mereka. Kalau kita melihat pasar Indonesia, tentu ada banyak sekali peluang usaha makanan yang bisa dilakukan oleh calon pebisnis yang menyukai usaha kuliner. Masyarakat Indonesia sangat terkenal konsumtif dibanding negara-negara lain, termasuk dalam hal makanan. Indonesia terkenal dengan jenis makanannya yang beragam dari berbagai daerah, mulai dari makanan utama hingga makanan ringan.

Harganya pun beragam mulai dari yang murah, sampai yang mahal. Hal ini dapat dibidik para wirausaha untuk meraih peluang usaha baru.

Peluang usaha adalah kesempatan/ waktu yang tepat yang seharusnya diambil/ dimanfaatkan bagi seorang wirausahawan untuk mendapat keuntungan. Untuk menangkap peluang usaha perlu kerja keras dan pengorbanan. Tanpa kerja keras dan keberanian mengambil resiko maka peluang itu hanya akan sebagai peluang yang terus menerus melayang tanpa menghasilkan apa pun. Kunci keberhasilan menangkap peluang usaha akan diidentifikasi oleh pengalaman dan pendekatan terhadap faktor manusia, sedang kunci keberhasilan lainnya ditentukan oleh teknologi, komunikasi dan informasi (Zainal Hakim, 2013).

Wirausahawan kuliner dapat memanfaatkan peluang usaha dengan diversifikasi pengolahan labu kuning tersebut, selain meningkatkan ketahanan pangan dengan mengoptimalkan potensi pangan lokal. Hal ini dapat mengurangi ketergantungan penggunaan tepung terigu yang selama ini terjadi di Indonesia.

SIMPULAN

Labu kuning merupakan tumbuhan yang kaya betakaroten dapat menjadi bahan biofortifikasi pada produk pangan olahan. Pemanfaatan labu kuning bisa berupa buah yang masih mentah, *puree* dan tepung. Tepung labu kuning dapat dimanfaatkan sebagai substitusi penggunaan tepung dalam pembuatan roti, cake, roti kering, kudapan, ataupun lauk pauk. Selain itu, tepung labu kuning juga dapat dimanfaatkan sebagai formula dalam makanan bayi karena kandungan pro-vitamin A-nya yang tinggi. Untuk harga jualnya akan meningkat, misalnya aneka cemilan dari labu kuning seperti keripik dan stick dapat mencapai harga Rp 15.000-Rp 30.000 jauh lebih tinggi dari harga buah labu kuning tanpa pengolahan. Hal ini meningkatkan nilai ekonomis dari labu kuning serta dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat, terutama bagi para produsen pengolahan labu kuning. Diharapkan potensi usaha labu kuning ini dapat digiatkan dengan menggali potensi olahan yang ada sebagai agroindustri berbasis produk olahan bahan lokal dalam era industri kreatif.

REFERENSI

- Anonim, 1990. *Daftar Komposisi Bahan Makanan*. Direktorat Gizi Departemen Kesehatan RI. Indonesia: Bhratara.
- Buckle, K.A., Edwards, R.A., Fleet, G.H., dan Wootton, M., 1987. *Ilmu Pangan*. Terj. Hari Purnomo dan Adiono. Jakarta : UI Press
- F.G. Winarno, 1997. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Gamman, P.M, dan K.B. Sherrington, 1992. *Ilmu Pangan Pengantar Ilmu Pangan Nutrisi dan Mikrobiologi*. Gadjah Mada University Press. Yogyakarta.
- Henny, K.H. 2003. *Tepung Labu Kuning Pembuatan dan Pemanfaatannya*. Yogyakarta. Kanisius.
- Hero Purba, 3013, *Potensi Pemanfaatan Agribisnis Pengolahan Labu Kuning Sebagai Peluang Usaha*, http://heropurba.blogspot.com/2013/04/potensi_pemanfaatan-agribisnis.html
- Wiriano. 1981. *Pembuatan Roti*. Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Teknologi Pertanian Bogor. Bogor.
- <http://gizibayi.blogspot.com/2013/10/makanan-bayi-puree-labu-kuning.html>
- <http://www.suaramedia.com>
- <http://www.zainalhakim.web.id/pengertian-peluang-usaha.html>
- <https://www.maxmanroe.com/peluang-usaha-makanan-yang-ada-di-sekitar-kita.html>