

EXTRA BIJI BUAH PARE (*MOMORDICA CHARANTIA*) DAN SARI KACANG KEDELAI UNTUK MINUMAN TAMBAHAN DALAM MENINGKATKAN IMUNITAS PENDERITA HIV

Rizky Kukuh Meidyrianto¹, Siti Hamidah², Badraningsih Lastariwati³

Program Studi Pendidikan Tata Boga, Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik
Universitas Negeri Surabaya

Email : rizkykukuh6@gmail.com

ABSTRAK

Jurnal ini bertujuan untuk 1) menghasilkan resep minuman alternative untuk menambah imun penderita HIV, 2) Pemanfaatan bahan pangan local untuk dikembangkan menjadi minuman alternative penderita HIV. Jenis penelitian yang digunakan dalam pembuatan produk ini yaitu R&D (*Research and Development*) dengan model pengembangan 4D (*Define, Design, Develop, Dissemination*). Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah: 1) Resep yang tepat dalam pembuatan susu madu peria adalah dengan menambahkan 100 gr dari total 500 ml air dengan presentase penerimaan atau uji kesukaan produk susu madu peria adalah 80% dengan sifat keseluruhan baik. 2) Minuman ini memiliki zat gizi yang baik untuk menambah imunitas penderita HIV aktif karena mengandung protein MAP30 (*Momordica Antiviral Protein 30*) yang terdapat pada sari pare yang ada didalam minuman ini. 3) Minuman ini ialah sebagai jamu alternative selain dengan menggunakan terapi arv untuk penderita HIV aktif.

Kata Kunci : Peria, Susu Kedelai, HIV, Imun

PENDAHULUAN

Pare (*Momordica charantia*) merupakan tanaman yang memiliki rasa pahit serta dapat hidup di daerah beriklim tropis, termasuk di kawasan Asia tenggara. Tanaman ini mudah dibudidayakan, tumbuhnya tidak tergantung pada musim. Pare dapat berpotensi komersial jika dibudidayakan secara intensif dalam skala agribisnis (Rukmana 1997).

Buah Pare mudah sekali didapatkan hampir di seluruh penjuru Indonesia. Masyarakat Indonesia telah sejak lama memanfaatkan buah pare sebagai makanan sehari-hari dan juga telah lama dipercaya serta dipergunakan sebagai obat tradisional untuk mengobati berbagai macam penyakit. Hal inilah yang mendasari banyak penelitian mengenai buah pare, mulai dari kandungan kimia sampai manfaat atau khasiat yang dapat diperoleh dari buah pare itu sendiri (Subahar, 2004).

Hasil riset menunjukkan bahwa efek buah pare dapat sebagai penurunan kadar gula darah (*hypoglycemic effect*). Riset yang dilakukan

di Jerman, Inggris, India, Jepang, Thailand, dan Malaysia juga mempertegas mengenai khasiat buah pare sebagai antidiabetes (Basch et al. 2003). Selain memiliki kandungan antikanker dan antidiabetes (Kumar DS et al. 2010) dalam beberapa tahun-tahun belakangan, terungkap juga bahwa kandungan pada pare memiliki khasiat sebagai anti AIDS. Khasiat buah pare sebagai anti virus HIV terletak pada kandungan protein momorcharin alfa dan beta, atau pada protein MAP30 (*Momordica Antiviral Protein 30*) (Arazia et al. 2002; Kumar et al. 2011).

Prof Lee-Huang dari Universitas New York menemukan suatu kandungan zat yang luar biasa pada buah pare yaitu senyawa anti virus HIV-AIDS. Zat anti Virus HIV itu dinamakan *alpha momorchorin*, *beta-momorchorin* dan *MAP 30 (Momordica Antiviral Protein 30)* yang banyak terkandung pada biji pare yang sudah tua atau matang. Zat ini diketahui mampu menekan laju perkembangan virus HIV dalam tubuh manusia. Pemanfaatan biji buah pare yang

sudah matang dapat dibuat sebuah obat pencegah HIV/AIDS, yang diolah dalam bentuk minuman ekstrak biji pare yang dicampur dengan sari kacang kedelai. Hal ini menghindari bagi sebagian orang yang berkemungkinan tidak menyukai rasa dari buah pare yang tergolong pahit.

Salah satu alternative mengkonsumsi buah pare biasanya dicampurkan kedalam berbagai masakan untuk menghilangkan rasa pahit dan getir yang terkandung didalam buah tersebut.

Penelitian ini menghasilkan produk berupa susu kedelai dengan ekstrak dari pare yang dimana diharapkan dapat menambah daya imunitas dari penyandang HIV aktif.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian yang menggunakan jenis penelitian R&D (*research and development*) dengan model penelitian menggunakan 4D, yaitu *define*, *design*, *develop* dan *disseminate*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari hingga Maret 2019 bertempat pada Laboratorium Pengolahan Makanan Program Studi Pendidikan Teknik Boga Universitas Negeri Yogyakarta. Bahan dan alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi bahan dalam resep susu madu pare dan borang uji mutu sensoris.

1. Tahap Define

Agar jenis produk yang dikembangkan sesuai dengan kesukaan konsumen, produk ini hanya berupa minuman yang terbuat dari susu kedelai dan madu. Dalam pembuatan susu ekstrak pare ini peneliti menggunakan resep standar dapat dilihat pada Tabel 1.

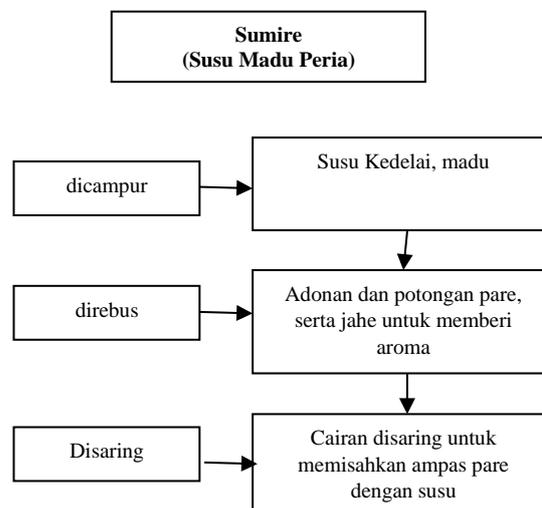
Tabel 1. Resep Susu Kedelai Madu

| No | Nama Bahan | Jumlah |
|----|--------------|--------|
| 1 | Susu Kedelai | 400 ml |
| 2 | Madu | 50 ml |

2. Tahap Design

Dari resep diatas ditambahkan jumlah sari pare (darikacang tanah)

sejumlah 100 gram. Pada percobaan dihasilkan susu pare madu yang masih pahit dan warna yang dihasilkan berwarna crem pucat. Cara pembuatan susu madu pare dijelaskan dalam diagram di bawah ini:



Gambar 1. Diagram Alir Pembuatan Susu madu Pare

3. Tahap Development

Pada tahap ini peneliti menggunakan metode validasi dengan dosen ahli 2 orang, hasil dari validasi yaitu untuk warna sudah cukup baik, aroma tidak terasa pahit, serta rasa susu yang cukup manis dan tidak meninggalkan kesan pare tersebut. Kemasan yang dianjurkan adalah wadah kaca berukuran 75 ml.

4. Tahap Disseminate

Tahap ini peneliti memberikan uji coba kepada yaitu menggunakan panelis terlatih sebanyak 13 orang. Dari hasil uji panelis tersebut, ada beberapa saran yaitu untuk memperbaiki rasa yang terlalu manis serta tampilan kemasan yang baik.

Teknik dan Instrumen Penelitian

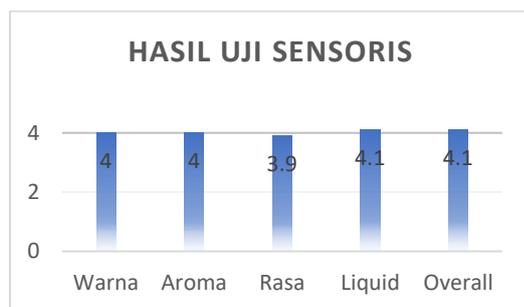
Teknik pengumpulan data pada penelitian ini diperoleh menggunakan angket berupa borang dengan 5 skala penilaian dengan 5 aspek yang dinilai.

Teknik Analisa Data

Uji validitas instrument penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dan kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa produk susu maju peria ini mempunyai daya terima sebanyak 80% dengan dilihat dari aspek warna mempunyai nilai 4 (sesuai), aroma mempunyai nilai 4 (sesuai), rasa mempunyai nilai 3,9 (sesuai), liquid mempunyai nilai 4,1 (sesuai), dan secara keseluruhan mempunyai nilai 4,1 (baik). Hasil uji panelis dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Hasil Uji Sensoris

Kemasan produk susu madu peria menggunakan botol kaca bening. Gambar kemasan beserta isinya terdapat pada Gambar 2.



Gambar 3. Kemasan dan Susu Madu Peria

Zat gizi yang terdapat pada susu madu peria, yakni energi, protein, lemak,

karbohidrat, vitamin A, vitamin C, kalsium, magnesium, zat besi, zink. Data tersebut dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Kandungan Zat Gizi

| Zat Gizi | Susu Madu Peria |
|-------------|-----------------|
| Energi | 396,9 kal |
| Protein | 14,4 g |
| Lemak | 7,5 g |
| Karbohidrat | 71,8 g |
| Vitamin A | 192,6 mg |
| Vitamin C | 52,5 mg |
| Kalsium | 148 mg |
| Magnesium | 101,0 mg |
| Zat Besi | 4,0 mg |
| Zink | 0,1 mg |

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa:

1. Resep yang tepat dalam pembuatan susu madu peria adalah dengan menambahkan 100 gr dari total 500 ml air dengan presentase penerimaan atau uji kesukaan produk susu madu peria adalah 80% dengan sifat keseluruhan baik.
2. Minuman ini memiliki zat gizi yang baik untuk menambah imunitas penderita HIV aktif karena mengandung protein MAP30 (*Momordica Antiviral Protein 30*) yang terdapat pada sari pare yang ada didalam minuman ini.
3. Minuman ini ialah sebagai jamu alternative selain dengan menggunakan terapi arv untuk penderita HIV aktif

Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Kepada masyarakat, dapat memanfaatkan bahan makanan lokal

untuk dibuat inovasi produk untuk penyakit lainnya.

2. Untuk penelitian berikutnya, diharapkan dapat meneliti kandungan aktif yang terdapat pada susu serta daya simpan produk, dan membuat variasi rasa lain..

- [8] Yulia, Mareta, dan Kismanto “Kabar Gembira Untuk Penderita HIV/AIDS Dari Pahitnya Bitter Melon (Pare)” E-jurnal KesMaDaSka - Juli 2013 : STIKes Kusuma Husada Surakarta.

REFERENSI

- [1] Dewi, Fitri Electrika. dan Efendi “Pengaruh Ekstrak Jus Segar dan Rebusan Pare (*Momordica charantia* L.) Terhadap Tikus Diabetes” E-jurnal Agroindustri Vol. 2 No. 1, Maret 2012: 28-33 : Universitas Bengkulu.
- [2] Hernawati “Potensi Buah Pare (*Momordica charantia* L.) Sebagai Herbal Antifertilitas” Artikel : Universitas Pendidikan Indonesia.
- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013 “Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan bagi Bangsa Indonesia” Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [4] Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. “Manfaat Buah Pare untuk Kesehatan dan Kecantikan” artikel kesehatan dipublikasi pada 26 November 2015. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- [5] Rospitaria, Almina, DKK. “Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016” E-jurnal Kesehatan Vol 11 No 1 Tahun 2018 : Universitas Sumatra Utara.
- [6] Riyadi, Nur. DKK. “Mengangkat potensi pare (*Momordica charantia*) menjadi produk pangan olahan sebagai upaya diversifikasi” E-jurnal PROS SEM NAS MASY BIODIV INDON 1 (5): 1167-1172, Agustus 2015.
- [7] Widyanto, MT. Dkk. “Potensi Jus Buah Pare (*Momordica charantia* L.) Sebagai Penghambat Hemoglobin Terklikasi In Vitro” E-Jurnal Berkala Kedokteran Vol 11. No. 1 Feb 2015: 141-147