

HASIL KARYA TULIS ILMIAH
INOVASI PANGAN PEMBUATAN PUDING TEMPE



Oleh :

Meyzega Eboni

SMP SCIENCE QUR'AN AL IRSYAD AL ISLAMIYYAH
JEMBER
2025

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT. Yang mana telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua, sehingga penulis mampu menyusun laporan yang berjudul "INOVASI PEMBUATAN PUDING TEMPE" dengan baik dan benar untuk memenuhi salah satu tugas KIR. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW. Kepada keluarganya, sahabatnya, dan kita selaku umatnya.

Penulis tentu menyadari bahwa laporan ini jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan didalamnya, Untuk itu. penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk laporan ini, supaya laporan ini nantinya dapat menjadi laporan yang lebih baik lagi. Kemudian apabila terdapat banyak kesalahan dalam laporan ini penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya, Demikian. semoga laporan ini dapat bermanfaat. Terima Kasih.

Oktober, 2024

Meyzega Eboni

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
KATA PENGATAR	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
ABSTRAK	v
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.1 Rumusan Masalah	2
1.2 Tujuan Penelitian	2
1.3 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	3
2.1 Pengertian Tempe	3
2.2 Pengertian Puding	4
BAB III METODOLOGI	5
3.1 Prosedur Penelitian	5
3.2 Alat dan Bahan	5
3.3 Prosedur Pembuatan Puding Tempe	5
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	6
4.1 Hasil	6
4.2 Pembahasan	6
4.2.1 Rasa	6
4.2.2 Tekstur	6
4.2.3 Warna	7
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	8
5.1 Kesimpulan	8
5.2 Saran	8
DAFTAR PUSTAKA	9
DOKUMENTASI	10
BIODATA SISWA	11

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 4.1 Perbandingan rasa puding tempe dan puding biasa kesukaan siswa SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember.....	6
Gambar 4.2 Perbandingan warna puding tempe dan puding biasa kesukaan siswa SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember.....	7
Gambar 4.3 Perbandingan tekstur puding tempe dan puding biasa kesukaan siswa SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember	7

ABSTRAK

INOVASI PANGAN PEMBUATAN PUDING TEMPE

Meyzega Eboni

SMP Science Qur'an Al-Irsyad Al-Islamiyyah Jember

Jl. Karimata Gg. Barokah No.53, Gumuk Kerang, Sumpersari, Kec.

Sumpersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur 68121

Puding tempe merupakan inovasi kuliner yang menggabungkan tempe sebagai bahan baku sumber protein nabati dengan teknik pengolahan puding yang populer. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi potensi tempe sebagai bahan pangan fungsional yang tidak hanya lezat tetapi juga bergizi. Melalui pengolahan yang tepat, puding tempe dapat memiliki tekstur yang lembut dan cita rasa yang unik, dengan mempertahankan nilai gizi yang tinggi. Selain itu, puding tempe juga dapat menjadi alternatif makanan sehat bagi masyarakat, mengingat meningkatnya minat terhadap pola makan berbasis nabati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa puding tempe dapat diterima secara sensoris oleh konsumen, dengan nilai gizi yang menunjukkan kandungan protein, serat, dan mikronutrien yang signifikan. Dengan demikian, puding tempe tidak hanya menawarkan inovasi dalam kuliner tetapi juga berkontribusi pada upaya peningkatan pola makan sehat di masyarakat.

Kata kunci : Inovasi pangan, Puding, Tempe

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tempe merupakan makanan tradisional yang telah dikenal di Indonesia, yang dibuat dengan cara fermentasi atau peragian. Makanan tradisional ini sudah dikenal sejak berabad-abad lalu, terutama dalam tatanan budaya makan masyarakat Jawa, khususnya di Yogyakarta dan Surakarta. Dalam catatan sejarah yang tersedia lainnya menunjukkan bahwa mungkin pada mulanya tempe diproduksi dari kedelai hitam, berasal dari masyarakat pedesaan tradisional Jawa yang kemungkinan dikembangkan di daerah Mataram, Jawa Tengah dan berkembang sebelum abad ke-16 (Wikipedia).

Tempe adalah makanan yang di buat dari kacang kedelai yang di fermentasi kan menggunakan kapang rhizopus (ragi tempe) Selain itu terdapat pula makanan serupa tempe yang tidak berbahan kedelai yang juga disebut tempe. Kata "tempe" diduga berasal dari bahasa Jawa Kung pada zaman Jawa kuno terdapat makanan berwarna putih terbuat dari tepung sagu yang disebut tumpi. Tempe yang juga berwarna putih terlihat memiliki kesamaan dengan makanan tumpi tersebut. Tempe diminati masyarakat, selain harganya murah, juga memiliki kandungan protein nabati yang tinggi (Wikipedia).

Puding merupakan salah satu jenis makanan penutup (dessert) yang digemari oleh banyak masyarakat dari berbagai usia. Puding banyak diminati karena rasanya yang manis dan teksturnya yang lembut. Penambahan dengan menggunakan buah-buahan atau sayuran pada puding dapat meningkatkan nilai gizi puding (Naligar, 2014).

Kandungan Gizi Puding Kandungan nutrisi puding umumnya terdiri dari lemak, mineral, kalsium dan zat besi. Mineral dan kalsium bermanfaat menjaga keseimbangan elektrolit dan cairan tubuh, mineral kalium bermanfaat dalam memaksimalkan pembentukan sel dan menjaga kesehatan jantung (Naligar, 2014).

Berdasarkan latar penelitian di atas peneliti ingin berinovasi untuk menciptakan inovasi pangan berupa puding tempe.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas didapatkan respon rumusan masalah, bagaimana inovasi pembuatan puding tempe terhadap siswa-siswi SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember.

1.3 Tujuan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah diatas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui inovasi pembuatan puding tempe. Terhadap kesukaan siswa dan siswi SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Tempe

Tempe adalah makanan khas Indonesia yang terbuat dari fermentasi kedelai atau beberapa bahan lain yang menggunakan beberapa jenis kapang *Rhizopus*, seperti *Rhizopus oligosporus*, *Rh. oryzae*, *Rh. stolonifer* (kapang roti), atau *Rh. arrhizus*. Sediaan fermentasi ini secara umum dikenal sebagai "ragi tempe".

Secara umum, tempe berwarna putih karena pertumbuhan miselia kapang yang merekatkan biji-biji kedelai sehingga terbentuk tekstur yang memadat. Degradasi komponen-komponen kedelai pada fermentasi membuat tempe memiliki rasa dan aroma khas. Berbeda dengan tahu, tempe terasa agak masam (Wikipedia).

Tempe banyak dikonsumsi masyarakat di Indonesia, tetapi sekarang telah mendunia. Kaum vegetarian di seluruh dunia banyak yang telah menggunakan tempe sebagai pengganti daging. Akibatnya, saat ini tempe tidak hanya diproduksi di Indonesia tetapi juga di banyak tempat di dunia. Berbagai penelitian di sejumlah negara, seperti Jerman, Jepang, dan Amerika Serikat. Indonesia juga sekarang berusaha mengembangkan galur (strain) unggul *Rhizopus* untuk menghasilkan tempe yang lebih cepat, berkualitas, atau memperbaiki kandungan gizi tempe

Beberapa pihak mengkhawatirkan kegiatan ini dapat mengancam keberadaan tempe sebagai bahan pangan milik umum karena galur-galur ragi tempe unggul dapat didaftarkan hak patennya sehingga penggunaannya dilindungi undang-undang (memerlukan lisensi dari pemegang hak paten). Tak hanya tempe mendoan yang saat ini terkenal, kaum vegetarian membuat steak tempe untuk pengganti daging (Wikipedia).

2.2 Pengertian Puding

Puding adalah sebuah hidangan penutup yang umumnya dibuat dari bahan-bahan yang direbus, dikukus, atau dipanggang. Istilah puding juga dapat dipakai untuk berbagai jenis pastei yang berisi campuran lemak hewan, daging, atau buah-buahan yang dipanggang, direbus, atau dikukus (Naligar, 2014).

Pada umumnya, puding dengan bahan baku susu, tepung jagung, tapioka, atau telur dihidangkan setelah didinginkan terlebih dahulu. Puding seperti ini memiliki rasa yang manis dengan menggunakan perisa cokelat, karamel, vanila, atau dengan buah-buahan. Puding agar-agar dibuat dengan mencampur agar-agar bersama susu, tepung jagung, atau telur kocok. Puding agar-agar sering dihidangkan dengan saus yang disebut vla.

Saat ini sudah terdapat tepung puding instan yang memudahkan orang membuat puding karena hanya perlu dicampur susu atau air lalu dipanaskan diatas kompor. Selain rasanya yang enak, puding juga memiliki beragam manfaat. Bagi anak-anak puding bisa digunakan sebagai cara sehat untuk mendapatkan kalsium yang bersasal dari susu, kandungan vitamin dan mineral, protein, serta serat (Naligar, 2014).

BAB III

METODOLOGI

3.1 Prosedur Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMP Science Qur'an Al-Irsyad Al-Islamiyyah Jember yang dilaksanakan pada bulan Oktober 2024. Penelitian dilakukan dengan cara memberikan sampel puding tempe dan puding biasa kepada beberapa siswa yang di pilih secara acak dari kelas 7 sampai kelas 9. Siswa yang di pilih berjumlah 5 anak disetiap kelasnya akan memberikan respon mereka pada kuisioner yang telah di sediakan.

3.2 Alat dan Bahan

Alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa, Gelas berukuran sedang, blender, pengukus, panci, penyaring, gelas plastik, sendok, cetakan puding.

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini berupa, 100gr tempe homemade 1/2 bungkus puding 4 sdm susu bubuk, 700 ml 10 sdm, gula pasir 1/4 sdt garam, 1 kuning telur, 1 lbr daun pandan.

3.3 Prosedur pembuatan puding tempe

1. Persiapkan bahan, haluskan tempe yang sudah direbus menggunakan blender
2. Campur bahan ke dalam panci susu, gula, garam dan agar
3. Panaskan campuran diatas api sedang terus diaduk hingga mendidih
4. Tambahkan tempe setelah mendidih, masukan tempe hapus dan aduk hingga rata
5. Tuangkan adonan kedalam cetakan puding
6. Setelah puding mengeras, keluarkan lalu di potong sesuai selera

BAB IV

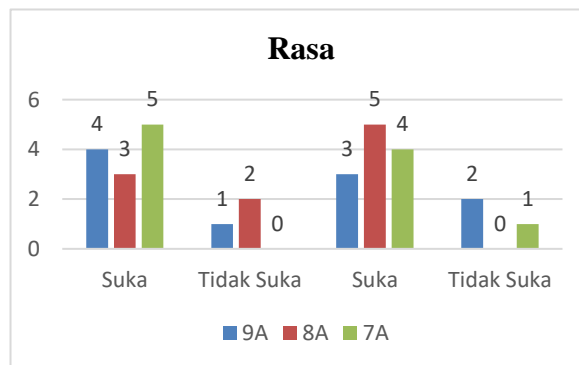
HASIL INOVASI DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan percobaan pembuatan puding tempe mendapat respon yang baik dari siswa. Menggunakan tempe sebagai bahan utama memberikan nilai gizi yang tinggi, termasuk protein dan serat. Inovasi ini juga mengurangi limbah tempe yang tidak terpakai mengadaptasi teknik pembuatan puding tradisional dengan pengolahan tempe yang baik, seperti penghalusan dan pencampuran dengan bahan lain (seperti susu, gula, dan agar-agar) untuk mendapatkan tekstur yang diinginkan.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Rasa



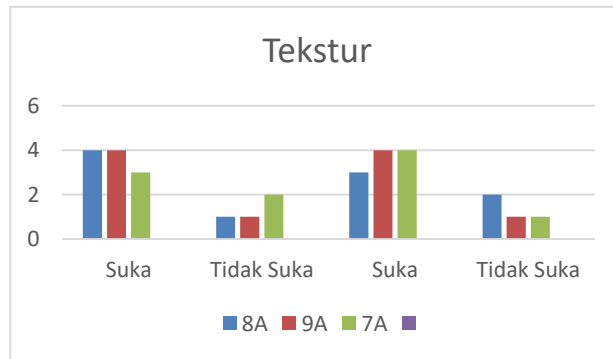
Gambar 4.1 Grafik Perbandingan rasa puding tempe dan puding biasa kesukaan siswa SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember.

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa rasa antara puding tempe dan puding biasa menunjukkan tingkat kesukaan yang tidak jauh berbeda terhadap tingkat kesukaan siswa hal ini menunjukkan bahwa inovasi puding tempe mendapatkan respon yang baik dari siswa.

Rasa adalah pengalaman sensorik yang dihasilkan dari stimulasi indra, terutama indra pengecap, yang memungkinkan kita mengenali berbagai cita rasa

seperti manis, asam, pahit, dan asin. Selain itu, rasa juga dapat merujuk pada perasaan atau emosi yang dirasakan seseorang.

4.2.2 Tekstur

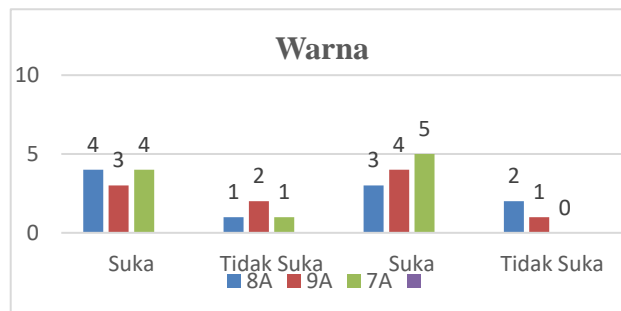


Gambar 4.2 Grafik Perbandingan warna puding tempe dan puding biasa kesukaan siswa SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember

Berdasarkan grafik di atas menunjukkan bahwa tekstur antara puding tempe dan puding biasa menunjukkan tingkat kesukaan siswa yang sama terhadap tingkat kesukaan siswa ini menunjukkan bahwa inovasi puding biasa dan puding tempe mendapatkan respon yang baik dari siswa.

Tekstur merujuk pada sifat fisik permukaan suatu benda atau bahan, yang mencakup elemen seperti kekasaran, kelembutan, dan kerapatan. Dalam konteks makanan, tekstur dapat memengaruhi pengalaman rasa, seperti renyah, lembut, atau kenyal.

4.2.3 Warna



Gambar 4.3 Grafik Perbandingan tekstur puding tempe dan puding biasa kesukaan siswa SMP Science Qur'an Al Irsyad Jember.

Berdasarkan grafik diatas menunjukan bahwa warna antara puding tempe dan puding biasa menunjukan kesukaan yang lumayan sedikit berbeda terhadap tingkat kesukaan siswa ini menunjukkan bahwa inovasi puding biasa mendapatkan respon yang baik dari siswa.

Warna adalah persepsi visual yang dihasilkan oleh cahaya yang dipantulkan atau dipancarkan dari objek, dan dapat diidentifikasi berdasarkan panjang gelombang cahaya. Warna memiliki makna simbolis dan emosional, serta berperan penting dalam seni, desain, dan komunikasi.

BAB V

SIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan inovasi pembuatan puding tempe adalah bahwa kombinasi antara tempe dan bahan lain dapat menghasilkan produk yang tidak hanya lezat tetapi juga bergizi. Puding tempe dapat menjadi alternatif makanan sehat yang tinggi protein, serat, dan nutrisi penting. Inovasi ini juga berpotensi meningkatkan penerimaan tempe di masyarakat, mengurangi limbah, dan memperkenalkan variasi baru dalam konsumsi kedelai. Dengan eksplorasi rasa dan tekstur, puding tempe dapat menarik minat konsumen yang lebih luas.

5.2 Saran

Variasi Rasa, tambahkan bahan alami seperti cokelat, matcha, atau buah-buahan seperti mangga dan stroberi untuk menciptakan variasi rasa yang menarik pemasaran kreatif, ciptakan kemasan menarik dan promosi yang menekankan manfaat kesehatan dan keberlanjutan dari puding tempe inovasi Tekstur, eksperimen dengan teknik seperti pengemulsi atau penambahan agar-agar untuk menciptakan variasi tekstur yang lebih menarik paduan Nutrisi, campurkan bahan tambahan seperti oatmeal untuk meningkatkan kandungan serat dan protein.

DAFTAR PUSTAKA

<https://id.wikipedia.org> (pengertian tempe dan puding)

<https://indonesiabaik.id> (fakta tentang tempe)

<https://www.bsn.go.id> (manfaat tempe)

<https://repository.unika.ac.id> (pembahasan puding)

<https://www.merriam-webster.com> (definisi dan pengertian rasa)

<https://www.kompas.com> (pengertian tekstur)

<https://mediaindonesia.com> (pengertian warna)

Naligar.2014 (Penjelasan tentang tempe)

<https://www.alodokter.com> (manfaat puding)

<https://yankes.kemkes.go.id> (manfaat tempe)

QUESTIONER WAWANCARA

Nama : Hafidh

Kelas : 9A

Pertanyaan : Bandingkan rasa, warna, dan tekstur antara kedua puding tersebut yaitu puding tempe dan puding biasa?

Jawaban : Rasa puding tempe dan puding biasa sama sama enak dan warnanya bagus semua, tapi untuk tekstur lebih suka yang puding tempe dari yang daripada yang puding biasa

Nama : Dava

Kelas : 8A

Pertanyaan : Bandingkan rasa, warna, dan tekstur antara kedua puding tersebut yaitu puding tempe dan puding biasa?

Jawaban : Puding tempe rasanya enak, warna bagus, dan tekstur agak lembek dan puding biasa rasanya kurang manis, warna juga kurang, dan tekstur lumayan keras






Nama : Theo



Kelas : 7A

Pertanyaan: Bandingkan rasa, warna, dan tekstur antara kedua puding tersebut yaitu puding tempe dan puding biasa?

Jawaban : Rasa puding tempe dan biasa lumayan suka, tekstur dan warna dari kedua puding tersebut saya tidak suka

LAMPIRAN KEGIATAN

Dokumentasi Kegiatan	Keterangan
	Uji panelis dengan siswa kelas 9
	Uji panelis dengan siswa kelas 9
	Uji panelis dengan siswa kelas 8
	Bahan - bahan dan Alat
	Hasil Pembuatan Puding Tempe

	<p>Memasukan bahan - bahan kedalam blender</p>
	<p>Memotong tempe</p>

BIODATA SISWA

	Nama : Meyzega Eboni
	Tempat tanggal lahir : Jember, 31 Mey 2009
	Alamat : Perum Pesona Surya Milenia
	Jenis kelamin : Laki laki
	Riwayat Pendidikan: SMP Science Qur'an Al-Irsyad Al-Islamiyyah Jember