

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Buah jambu biji (*Psidium guajava*) memiliki rasa yang enak dan segar serta memiliki banyak manfaat bagi kesehatan dan juga kecantikan manusia. Buah jambu biji telah lama dikenal sebagai penghasil vitamin c yang baik bagi tubuh. Konsumsi buah jambu bisa membantu menanggulangi beberapa penyakit seperti diabetes, demam berdarah, kolesterol, ambeien, diare juga sembelit. Serat larut di dalam jambu yakni pektin, bisa menyehatkan saluran pencernaan. Buah jambu yang memiliki kandungan likopen lebih tinggi adalah buah yang dagingnya berwarna merah. Warna merah pada jambu biji tersebut berasal dari pigmen tanaman bernama likopen. Senyawa ini sangat baik mencegah kanker di dalam tubuh. ia juga sangat baik menangkal radikal bebas sebab ia bersifat anti-oksidan. Karena rasa dan banyak manfaatnya maka buah jambu biji semakin populer keberadaannya.

Seperti halnya komoditi hortikultura lain, buah jambu biji yang sudah dipanen mudah mengalami kerusakan. Kerusakan dapat disebabkan karena sifat fisiologisnya yang tidak tahan lama ataupun karena kerusakan mekanis akibat benturan pada waktu pemanenan atau pada waktu transportasi. Oleh karena itu maka untuk mempertahankan daya simpan dan memudahkan transportasi maka perlu adanya penanganan yang baik setelah panen dan pengolahan hasil jambu, dengan salah satu bentuk olahannya adalah puree jambu biji.

B. Tujuan

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang teknologi pembuatan puree jambu biji.

II. MEMBUAT PUREE JAMBU BIJI

A. Pengertian dan Kegunaan Puree

Produk *Puree*/ bubur buah adalah produk buah segar yang diperoleh dengan cara dihancurkan yang serat-seratnya dipisahkan sehingga memiliki tekstur yang lebih halus, kemudian dididihkan 80°C 5 menit tanpa atau penambahan gula, bubur ini memiliki kekentalan yang lebih encer dari pada saus.

Kegunaan puree jambu biji antara lain adalah: a). Sebagai konsentrat bahan dasar membuat minuman fungsional, b). Sebagai bahan dasar membuat selai, c). Sebagai bahan pewarna, aroma, citarasa pembuatan makanan dan lain sebagainya.

Tabel 1. Kandungan Gizi Jambu Biji dalam Setiap 100 gram

No.	Jenis Zat Gizi	Banyaknya Kandungan Gizi
1.	Energi	68 Kcal 3,5%
2.	Protein (g)	2,55g5%
4.	Karbohidrat (g)	14,3g11,5%
5.	Kalsium (mg)	18mg2%
6.	Fosfor (mg)	11mg2%
7.	Zat Besi (mg)	0,26mg3%
8.	Vitamin A (SI)	624IU21%
9.	Kalium (mg)	417mg9%
10.	β-karoten(mcg)	374mcg
11.	Lycopene 5204 mcg -	5204 mcg
12.	Magnesium (mg)	22 mg 5,5%

Sumber : (Sumber: USDA National Nutrient data base)

B. Faktor yang diperhatikan dalam membuat puree jambu biji

Faktor-faktor yang harus diperhatikan untuk menghasilkan produk puree dengan kualitas baik antara lain sortasi bahan baku, pencucian bahan baku, proses pembelahan, penirisan, pembuburan, pemasakan dan pengemasan, pendinginan dan penyimpanan.

a. Sortasi Bahan Baku

Sortasi bahan baku menjadi tahap pertama dalam pengolahan puree jambu. Tahap ini memegang peranan penting karena kualitas bahan baku akan menentukan hasil akhir. Ketelitian dan kecermatan para pekerja menjadi kunci utama keberhasilan tahap ini. Namun, sebelumnya ditetapkan terlebih dahulu kriteria yang harus dipenuhi oleh bahan baku sebelum digunakan. Pada saat sortasi juga memisahkan buah yang masak dan terkena hama atau penyakit dan memilih jambu biji merah yang cukup tua.

b. Pencucian

Pencucian dan pembersihan yang dilakukan dengan sempurna akan mengurangi jumlah kotoran yang terbawa selama proses berlangsung. Sebaliknya, bila pencucian dilakukan tidak sempurna maka kotoran yang terbawa akan mempengaruhi warna maupun penampakan produk. Hal tersebut tentu saja harus dihindari. Kotoran yang mungkin terbawa berupa daun, ranting jambu dan kotoran lain.

Pencucian dilakukan dengan air bersih bila perlu disemprot dengan air bertekanan tinggi. Pencucian sebaiknya diulangi bila air bekas cucian masih terlihat kotor. Namun, pencucian tidak boleh terlalu lama dilakukan untuk menghindari penurunan mutu dan kandungan senyawa aktif dalam bahan baku. Setelah pencucian selesai, bahan baku jambu ditiriskan dalam wadah yang berlubang-lubang agar sisa air cucian yang tertinggal dapat dipisahkan.

c. Pengupasan Pengupasan dilakukan dengan pembersihan kulit luar daging jambu biji

d. Pembelahan

Pembelahan jambu bertujuan untuk mempermudah proses pembuburan. Pembelahan yang memiliki luas permukaan yang semakin mengecil akan dapat segera memperoleh bubur jambu yang efisien . Saat melakukan pembelahan, dilakukan juga pemeriksaan kebersihan pisau, setelah terbelah sebaiknya bagian bijinya diambil dengan menggunakan alat khusus atau pisau baik dari sisa kulit maupun kotoran lain. Pembelahan dapat dilakukan secara manual maupun menggunakan pisau.

e. Pencampuran bahan

Pencampuran bahan-bahan dilakukan setelah jambu menjadi puree. Bahan yang dicampur adalah bahan untuk menambah **keasaman asam sitrat 250 ppm dan pengawet (k-sorbat 200 ppm, 200 ppm Na benzoate)**, inilah ditambahkan sesuai dengan aturan pemakaian.

f. Pengecekan TSS pada Brik 7,7 Brik melihat kadar serat dalam larutan, dan kadar gula dalam larutan puree.

g. Pemasakan

Masak puree dengan api sedang kemudian aduk-aduk terus, saat setelah mencapai 80°C diamkan selama 5 menit.

h. Pengemasan

Puree yang sudah mencapai masak , dapat dikemas dengan menggunakan botol plastik segera ditutup rapat dengan tutup yang tersedia. hal ini tahap terakhir yang juga menentukan mutu produk akhir yaitu pengemasan. Pengemasan berperan dalam menjaga kualitas produk sebelum sampai di tangan konsumen. Pengemasan berkaitan dengan bahan kemasan yang diguna kan dan cara pengemasan. Bahan pengemasan yang digunakan hendaknya merupakan bahan yang dapat mencegah masuknya uap air ke dalam produk untuk menghindari peningkatan kadar air. Selain itu, juga perlu diperhatikan faktor estetika untuk menarik minat konsumen. Kemasan yang dapat

digunakan untuk mengemas puree selain botol plastik juga yaitu botol kemasan lain disesuaikan pada volume produk puree itu sendiri. Sebelum digunakan kemasan dilakukan sterilisasi terlebih dahulu.

Sterilisasi ialah pembebasan bahan dari semua mikroba perusak. Biasanya sterilisasi dilakukan setelah produk jadi atau setengah jadi. Sterilisasi dilakukan untuk membunuh semua mikroba penyebab penyakit dan pembentuk racun. Dengan sterilisasi akan dapat tahan simpan produk.

Ada berbagai jenis pengemasan umumnya yang bagus dari bahan PP (polipropilene tetapi ada juga yang menggunakan bahan PET), atau dari botol kaca. Berbagai ukuran, mulai dari cup hingga 2300 ml, botol (hingga 1500 ml), jerigen (2 L, 5 L, 10 L) dan drum 200 L. Kemasan yang baik adalah kedap,hal tergantung volume puree dan jenis kemasan yang akan digunakan.

i. Pelabelan

Label pada produk pangan adalah hal penting yang tidak boleh dilupakan, karena dapat memberikan informasi kepada konsumen mengenai produk yang ada di dalam kemasan, sehingga memudahkan bagi konsumen untuk memilih produk dengan membandingkan informasi yang ada pada label produk pangan. Oleh karena itu pelabelan memiliki persyaratan tertentu yang tidak boleh menyesatkan dan harus sesuai dengan produk yang ada di dalam kemasan.

j. Pendinginan/ Penyimpanan

Puree harus disimpan ditempat yang gelap, sejuk, dan kering. Bila disimpan dalam kondisi lembab dan panas ada kemungkinan produk ditumbuhi jamur. Di samping itu karena kemasan yang digunakan berupa kemasan transparan maka sebagai akibatnya pengaruh cahaya dapat terjadi pemudaran warna pigmen buah.

C. Membuat Puree Jambu Biji Merah

Pembuatan puree jambu biji cukup sederhana dan dapat dikerjakan sendiri oleh anggota keluarga. Untuk kebutuhan sendiri, pembuatan puree memberikan beberapa

keuntungan, misalnya harganya lebih murah, menggunakan gula dari sari buah asli, dan aroma warna serta rasa asam dapat disesuaikan dengan selera.

a. Alat

Peralatan yang digunakan dalam membuat puree jambu adalah: panci, baskom, kompor, pengaduk, refrakto meter (Alat ukur kadar gula dan asam pada bahan puree sebelum dan sesudah pemasakan), termometer (alat ukur suhu) dan botol /pengemasan



Gambar 1. Refraktometer

b. Bahan

1. Buah Jambu Biji Merah

Buah yang akan dipilih adalah jambu merah yang matang optimal dan sehat.

2. K-sorbit 200 ppm, 200 ppm Na benzoate, asam sitrat 250 ppm dan air

- Natrium benzoat, berfungsi sebagai pengawet, agar puree tidak cepat rusak.
- Asam sitrat, berfungsi sebagai pengawet dan pemberi rasa asam, sehingga puree menjadi lebih segar rasanya, dan tidak cepat rusak.
- K. sorbet berfungsi untuk mencegah reaksi pada puree jambu .
- Air bersih, berfungsi sebagai pelarut. Air untuk mencuci buah cukup bersih



Gambar 2. A. Citrat, K Sorbat, Na Benzoat

3. Tahapan pembuatan puree jambu merah

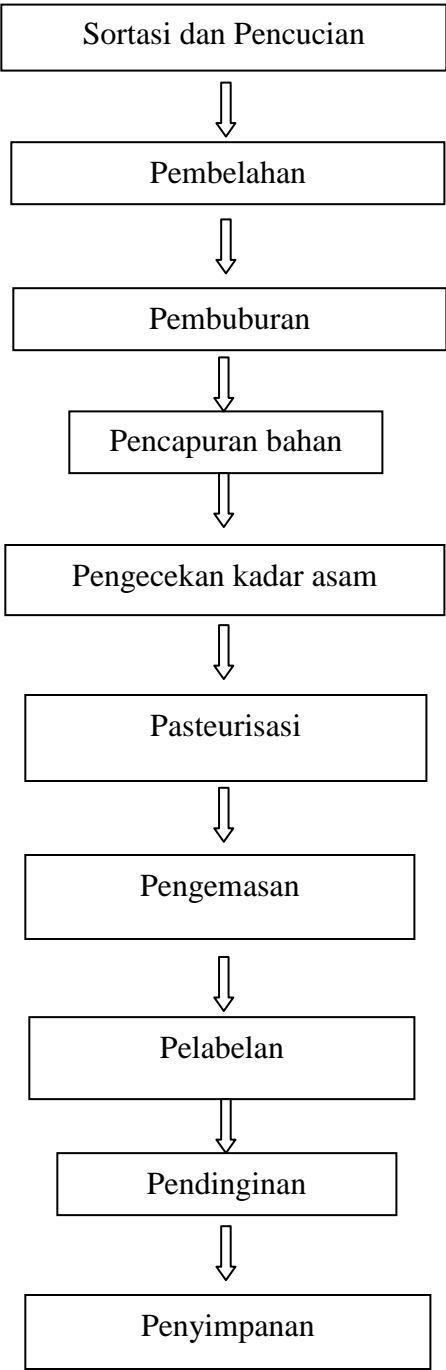
- a. Siapkan alat dan bahan yang akan digunakan dalam keadaan bersih dan layak pakai
- b. Siapkan bahan sesuai kebutuhan
- c. Pilih buah jambu biji merah yang tidak busuk dan kematangannya optimal
- d. Cuci bersih dan cuci sampai bersih, gunakan air mengalir dan tiriskan
- e. Belah jambu biji menjadi menjadi beberapa bagian
- f. Giling jambu dengan juser, lalu pisahkan bijinya
- g. Campur puree dengan k-sorbat 200 ppm, na benzoat 200 ppm, asam citrat 250 ppm
- h. Panaskan sambil diaduk-aduk hingga mencapai 80° C dan diamkan diatas kompor selama 5 menit dengan penurunan suhu api .
- i. Kemas dalam botol langsung didinginkan dalam air dan tutup rapat
- j. Beri label sesuai dengan ketentuan.
- k. Masukkan dalam kulkas agar puree lebih tahan.



- A. Jambu biji yang sudah dikupas
- B. Penggilingan
- C. Pemisahan biji
- D. Bubur jambu biji
- E. Pemasakan
- F. Puree yang sudah dikemas

Gambar 3. Proses pembuatan puree jambu

4. **Diagram alir pembuatan puree jambu biji merah**



DAFTAR PUSTAKA

- Satuhu S., 2003. Penanganan dan Pengolahan Buah. Penebar Swadaya.
- Tjahajdi C., 2008. Teknologi Pengolahan Sayur dan Buah Volume I. Widya Padjajaran.
- Tjahajdi C., 2008. Teknologi Pengolahan Sayur dan Buah Volume II. Widya Padjajaran.
- Suyanti; 2010.Panduan Mengolah 20 Jenis Buah. Cet 1,Jakarta; Penebar Swadaya
- Settyadji; 2011. Teknologi Pengolahan Buah-Buahan; (bahan serahan)