



Puding Buah Naga: Inovasi Makanan Sehat sebagai Potensi Kewirausahaan Bagi Masyarakat

Dragon Fruit Pudding: A Healthy Food Innovation as an Entrepreneurial Potential for the Community

Andi Prasasti Saputra^{1*}, Agus Yulianto¹, Arba¹, Jerikson Nastorius Akanboy¹, Oktorinda Palaifana¹, Armin Sukri Kanna¹

¹ Sekolah Tinggi Filsafat Theologia Jaffray

Abstrak

Penelitian ini merupakan tugas akhir mata kuliah Entrepreneurship yang bertujuan mengembangkan inovasi produk pangan sehat berbahan dasar lokal. Produk yang dihasilkan adalah puding buah naga (*Hylocereus spp.*) yang dikenal kaya antioksidan, vitamin, dan serat. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif melalui uji organoleptik untuk menilai tingkat penerimaan konsumen. Sebanyak 12 responden menilai lima aspek sensori, yaitu warna, aroma, tekstur, rasa, dan penerimaan keseluruhan. Hasil menunjukkan bahwa puding buah naga diterima dengan baik, dengan 69,2% responden menyatakan “baik” dan 30,8% menyatakan “sangat baik”. Warna alami buah naga, tekstur lembut, dan rasa yang ringan menjadi faktor yang mendukung kepuasan konsumen. Temuan ini menunjukkan bahwa puding buah naga berpotensi dikembangkan sebagai produk inovasi makanan sehat sekaligus peluang usaha kreatif masyarakat. Penelitian lanjutan diperlukan untuk mengembangkan formulasi, daya simpan, dan kelayakan usaha.

Abstract

This research is the final assignment for the Entrepreneurship course, which aims to develop innovative healthy food products using local ingredients. The resulting product is dragon fruit pudding (*Hylocereus spp.*), which is known to be rich in antioxidants, vitamins, and fiber. The research method uses a qualitative approach through organoleptic testing to assess the level of consumer acceptance. A total of 12 respondents assessed five sensory aspects: color, aroma, texture, taste, and overall acceptance. The results showed that dragon fruit pudding was well received, with 69.2% of respondents stating “good” and 30.8% stating “very good.” The natural color of dragon fruit, soft texture, and mild taste are factors that support consumer satisfaction. These findings indicate that dragon fruit pudding has the potential to be developed as an innovative healthy food product as well as a creative business opportunity for the community. Further research is needed to develop the formulation, shelf life, and business feasibility.

Riwayat Artikel

Diunggah 23 Juni 2025
Diterima 20 Juli 2025
Publikasi 30 Juli 2025

Kata-kata Kunci

Buah naga, Puding sehat, Uji organoleptik, Inovasi pangan, Kewirausahaan.

Keywords

Dragon fruit, Healthy pudding, Organoleptic test, Food innovation, Entrepreneurship

* Corresponding Author: Andi Prasasti Saputra
Sekolah Tinggi Filsafat Theologia Jaffray Makassar
Jl. Gunung Merapi 103 Makassar, Indonesia

✉ andiprasasti28@gmail.com

1. Pendahuluan

Pertumbuhan ekonomi memang telah menjadi prioritas di setiap negara. Di mana-mana dapat ditemukan laporan mengenai perkembangan pesat dari ekonomi suatu daerah. Namun, realita yang terjadi saat ini ialah adanya peningkatan ancaman terhadap ekonomi, sosial, dan juga lingkungan hidup. Masalah kemiskinan masih merajalela di mana-mana. Kesenjangan kekayaan, ketidaksetaraan gender, ketimpangan akses sumber daya alam, belum selesai hingga hari ini. Maka dari itu, kewirausahaan diperlukan sebagai upaya penanganan masalah ekonomi secara berkelanjutan.[1] Kewirausahaan juga tidak hanya berdampak pada penguatan ekonomi, namun dapat menjadi sebuah jalan keluar bagi masalah sosial dan lingkungan hidup di masyarakat.[2] Tidak hanya itu, kewirausahaan dalam sektor pangan lokal juga tentu dapat menciptakan sistem pangan yang lebih berkelanjutan dan tangguh.[3]

Ketika pandemi mewabahi dunia beberapa tahun silam, pertanian dan pangan menjadi salah satu fokus masalah yang dihadapi, sebab setiap pihak perlu memikirkan bagaimana tetap menyediakan pangan yang konsisten dalam menjaga kesehatan konsumen serta mengurangi jejak kerusakan lingkungan.[4] Dalam tulisan ini, penulis akan memaparkan sebuah gagasan kewirausahaan jenis makanan yang akan meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan juga yang tetap menjaga stabilitas kesehatan bagi konsumen. Sesuai dengan data yang diberikan oleh Srimulyani dan Hermanto dalam jurnalnya, bahwa industri makanan dan minuman mampu memberikan kontribusi dalam skala besar bagi perputaran dan perkembangan ekonomi secara nasional dan telah mencapai angka 7,02% dan nilai ekspor yang mencapai 27,59 miliar pada masa pandemi di tahun 2020[4].

Tulisan ini akan mengulas tentang model kewirausahaan melalui pembuatan puding dengan bahan dasar buah naga. Pemilihan buah naga sebagai bahan pokok dari puding adalah karena buah ini memang sangat populer dengan khasiat dan kandungan nutrisinya yang sangat kaya[5]. Buah naga merupakan buah dari tanaman mirip kaktus yang disebut *Hylocereus*. Tanaman ini dikenal dengan nama pitahaya, dan dalam bahasa Inggris disebut dragon fruit. Di Indonesia terdapat tiga jenis buah naga, yaitu *Hylocereis undatus* (buah naga berdaging putih), *Hylocereus polyrhizus* (buah naga berdaging merah), dan *Hylocereus costaricensis*, buah naga dengan daging buah berwarna merah atau hitam pekat [7].

Buah naga berasal dari negara Meksiko, Amerika Tengah dan Amerika Selatan, kemudian menyebar dan mulai dibudidayakan di berbagai macam negara, seperti daerah Asia di negara Indonesia, Malaysia, Vietnam, Filipina, Vietnam dan Taiwan [8]. Meskipun berasal dari Amerika, tapi buah ini dapat dengan mudah dibudidayakan di mana saja, karena prosesnya tidak memerlukan syarat yang rumit, mampu beradaptasi di tempat yang kering dengan tingkat intensitas cahaya yang dan suhu yang tinggi. Selain itu, buah naga juga dapat bertumbuh di segala jenis tanah, dan yang paling penting, sangat bermanfaat bagi kesehatan manusia[8]. Buah naga juga merupakan salah satu bahan lokal yang potensial sebagai Pemberian Makanan Tambahan atau PMT [10]. Selain kandungan khasiatnya yang kaya, buah naga juga memiliki kelebihan dari segi estetikanya, yaitu memiliki daging buah yang berwarna ungu tua, dan keunikan itu yang membuat buah ini bernilai tinggi dan menarik di pasar Eropa dan Amerika[10].

Kelebihan lain yang dimiliki oleh tanaman buah naga ini adalah mampu bertumbuh subur selama 20 tahun hanya dalam sekali menanam, bahkan dalam

sehektar tanah dapat menampung 800 tanaman pohon buah naga. Di samping itu, dari proses penanaman, panen, hingga produksi, hanya memakan waktu kurang lebih 5 tahun[11]. Buah naga mengandung banyak fitokimia yang memberikan dampak kesehatan seperti polifenol, flavonoid, dan vitamin C yang memiliki potensi antioksidan yang kuat[12]. Selain itu, buah naga juga bermanfaat bagi sistem pencernaan dan peredaran darah, bahkan berkhasiat dalam mengurangi stres, menetralkan racun dalam darah, dapat mencegah kanker usus, kolesterol, serta mengandung zat besi[13]. Kandungan antioksidan yang tinggi pada buah naga, termasuk betalain dan vitamin C, tidak hanya berperan sebagai penangkal radikal bebas tetapi juga dikaitkan dengan peningkatan kesehatan pencernaan dan pencegahan berbagai penyakit.[15]

Dengan melihat banyaknya keunggulan dari buah naga, maka penulis mencoba untuk menghasilkan suatu produk makanan sehat dan menyegarkan yang dibuat dari bahan utama buah naga yang dipadukan dalam sajian puding yang ditaburi dengan fla pallu butung dari bubur sum-sum yang terbuat dari campuran tepung beras, santan, pisang, dan gula pasir[16]. Pudding merupakan salah satu hidangan penutup yang umumnya dimasak dengan teknik boiling berbahan dasar agar-agar dan memiliki cita rasa yang manis dengan tekstur yang lembut sehingga banyak disukai oleh semua kalangan. Bahan tambahan dalam pembuatan puding beraneka macam, mulai dari buah hingga sayuran[17].

2. Teori dan Metode

Penelitian ini menggunakan metode pembuatan puding buah naga dengan fla pallu butung yang menggunakan bahan dasar utama dari buah naga yang direbus, dan dicampur dengan agar-agar, gula pasir, dan juga susu kental manis. Penelitian yang dilakukan melibatkan 12 responden yang semuanya merupakan mahasiswa STFT Jaffray Makassar dengan melakukan uji organoleptik pada produk puding buah naga[18]. Pengujian organoleptik disebut penilaian indera atau penilaian sensorik, merupakan suatu cara penilaian dengan memanfaatkan panca indera manusia untuk mengamati tekstur, warna, bentuk, aroma, warna, rasa suatu produk makanan, minuman ataupun obat[19]. Uji organoleptik dilakukan untuk menilai beberapa aspek, yaitu aroma, warna, tekstur, rasa, dan keseluruhannya (overall acceptance). Ini merupakan alat yang kritis dalam pengembangan produk pangan baru untuk memahami persepsi dan preferensi konsumen.[20] Setelah melakukan uji organoleptik, evaluasi pun dilakukan untuk membahas kekurangan-kekurangan dari produk yang ada berdasarkan masukan dan kritikan dari responden.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Cara Membuat Puding Buah Naga dengan Fla Pallubutung

Bahan yang diperlukan dalam membuat produk ini ialah beberapa buah naga (sesuai kebutuhan), 1 bungkus agar-agar plan tanpa rasa, susu kental manis, 100 gram gula pasir, 700 ml air.

Selanjutnya buah naga yang sudah tersedia harus terlebih dahulu dibelah menjadi dua bagian. Lalu setelah itu, daging buah naga yang telah terbelah harus diambil dengan menggunakan alat sendok. Setelah selesai diambil, buah naga dihancurkan sampai halus. Kemudian ditaruh dalam wadah panci bersama 700 ml air,

dan dicampur dengan 100 gram gula pasir, susu kental manis secukupnya, 1 bungkus agar-agar plan, dan setelah semua tercampur, diaduk hingga merata kemudian direbus sambil diaduk secara perlahan hingga mendidih. Setelah mendidih, adonan buah naga dituang ke wadah cup 120 ml, didinginkan lalu dimasukkan ke dalam kulkas.



Gambar 1. Bahan-bahan tambahan yang digunakan untuk membuat puding.

Setelah puding buah naganya telah jadi, selanjutnya yang harus dibuat adalah fla *pallubutungnya*. Adapun bahan yang diperlukan ialah 4 buah pisang yang sudah masak, 700 ml air, 1 sendok teh gram, 1 bungkus santan kara, 4 sendok makan terigu protein sedang, dan 7 sendok makan gula pasir.



Gambar 2. Bahan untuk membuat fla

Pisang terlebih dahulu harus dikupas dan dipotong-potong menjadi bagian-bagian kecil. Setelah itu dimasukkan ke dalam panci lalu tuangkan air 700 ml, 1 sendok teh garam, dan 7 sendok makan gula pasir. Lalu aduk hingga merata. Setelah itu, dimasak hingga mendidih, namun ukuran apinya harus sedang tidak boleh terlalu besar. Setelah mendidih, campurkan santan kara dan tepung terigu lalu aduk hingga merata dan mengental. Harus terus diaduk agar tidak menggumpal. Jika flanya sudah kental, api bisa dimatikan, lalu adonan fla didinginkan.



Gambar 3. Proses Pembuatan Fla

Setelah semua selesai, ambil puding lalu potong kecil-kecil sesuai dengan ukuran cup yang akan dipakai, lalu tuangkan fla secukupnya dalam wadah cup tersebut. Perhatikanlan kebersihan dan kehygienisan saat mempersiapkan sajian.



Gambar 4. Bentuk puding buah naga dalam kemasan

3.2. Hasil Uji Coba

Tabel 1. Hasil uji coba responden

Indikator	Uji Organoleptik				
	Aroma	Rasa	Tekstur	Warna	Keseluruhan
Sangat Tidak Baik	0	0	0	0	0
Tidak Baik	0	1 (7,7%)	0	2 (15,4%)	0
Baik	11 (84,6%)	8 (61,5%)	9 (69,2%)	5 (38,5%)	9 (69,2%)
Sangat Baik	2 (15,4%)	4 (30,8%)	4 (30,8%)	6 (46,2%)	4 (30,8%)

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memberikan penilaian positif terhadap produk puding buah naga. Pada indikator aroma, 84,6% responden menilai “baik” dan 15,4% menilai “sangat baik”, menunjukkan bahwa aroma buah naga dapat diterima dengan baik tanpa menimbulkan bau menyengat atau tidak sedap. Untuk aspek rasa, 61,5% responden menilai “baik” dan 30,8% “sangat baik”, meskipun terdapat 7,7% yang menilai “tidak baik”, hal ini mengindikasikan bahwa preferensi terhadap rasa buah naga bersifat subjektif dan masih perlu penyesuaian formulasi agar lebih sesuai dengan selera mayoritas konsumen.

Pada aspek tekstur, 69,2% responden menyatakan “baik” dan 30,8% “sangat baik”, menandakan bahwa konsistensi puding sudah sesuai dengan karakteristik tekstur puding ideal (lembut, tidak terlalu cair, dan tidak menggumpal). Warna menjadi aspek yang memperoleh apresiasi tinggi, dengan kombinasi penilaian “baik” (38,5%) dan “sangat baik” (46,2%), karena warna merah keunguan alami dari buah naga dianggap menarik dan memberikan nilai estetika pada produk. Secara keseluruhan (*overall acceptance*), 69,2% responden menilai produk “baik” dan 30,8% “sangat baik”, artinya seluruh aspek sensori telah memenuhi kriteria kelayakan produk.

Hasil ini menunjukkan bahwa puding buah naga memiliki potensi besar untuk dikembangkan sebagai produk pangan sehat dan bernilai ekonomi. Namun, sedikitnya respons “tidak baik” pada kategori rasa dan warna perlu menjadi perhatian untuk perbaikan formulasi pada tahap pengembangan produk berikutnya.

4. Kesimpulan

Pembuatan makanan sehat berbentuk puding dengan menggunakan bahan dasar buah naga menunjukkan hasil yang positif dan layak dikembangkan sebagai produk pangan inovatif. Berdasarkan hasil uji organoleptik terhadap 12 responden, tingkat penerimaan konsumen terhadap puding buah naga tergolong tinggi, dengan 69,2% menyatakan “baik” dan 30,8% menyatakan “sangat baik”. Aspek warna, aroma, rasa, dan tekstur memperoleh penilaian positif karena karakteristik alami buah naga yang memberikan warna menarik, rasa manis alami, serta tekstur lembut yang disukai banyak kalangan.

Penelitian ini membuktikan bahwa buah naga berpotensi besar sebagai bahan baku lokal yang tidak hanya bernilai gizi tinggi, tetapi juga memiliki daya tarik komersial tinggi dalam pengembangan produk pangan fungsional dan sehat. Inovasi ini dapat dijadikan contoh praktik kewirausahaan berbasis sumber daya alam lokal yang ramah lingkungan dan berorientasi pada peningkatan kesejahteraan masyarakat.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan pengujian terhadap aspek gizi, daya tahan, serta analisis ekonomi dan kelayakan pasar secara lebih mendalam. Selain itu, perlu eksplorasi terhadap kombinasi bahan tambahan alami lain yang dapat meningkatkan cita rasa dan nilai jual produk. Dengan demikian, puding buah naga berpotensi menjadi produk unggulan lokal yang sehat, bernilai ekonomi, dan mendukung gerakan wirausaha berkelanjutan di masyarakat.

Ucapan Terima kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada dosen pengampu mata kuliah Entrepreneurship STFT Jaffray Makassar yang telah membimbing selama proses penelitian ini. Apresiasi juga diberikan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam uji organoleptik serta rekan-rekan yang turut membantu proses produksi dan penyelesaian laporan penelitian ini.

Kontribusi Penulis

Seluruh penulis berkontribusi dalam perencanaan penelitian, pengolahan data, dan penyusunan artikel. A.P.S. dan A.S.K. bertanggung jawab atas ide penelitian dan penyusunan naskah. A.Y., A., dan J.N.A. melakukan proses eksperimen dan dokumentasi. A.P.S., J.N.A. dan O.P. membantu pengumpulan data serta analisis hasil uji organoleptik. Semua penulis telah membaca dan menyetujui naskah akhir.

Pendanaan

Penelitian ini tidak menerima bantuan dana dari lembaga pemerintah, swasta, maupun organisasi lain. Seluruh biaya penelitian ditanggung secara mandiri oleh penulis.

Pernyataan Dewan Peninjau Kelembagaan

Penelitian ini telah diketahui dan disetujui oleh ketua program studi Pendidikan Agama Kristen di Sekolah Tinggi Filsafat Theologia Jaffray Makassar

sebagai bagian dari pemenuhan tugas akademik mahasiswa. Tidak diperlukan izin etik karena penelitian tidak melibatkan subjek yang berisiko.

Pernyataan Ketersediaan Data

Seluruh data yang digunakan dalam penelitian ini tersedia berdasarkan permintaan kepada penulis korespondensi. Data meliputi hasil uji organoleptik, dokumentasi proses pembuatan produk, dan formulir penilaian responden.

Konflik kepentingan

Penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan dalam penelitian, penulisan, maupun publikasi artikel ini.

Kepustakaan

- [1] A. T. Rosário, R. J. Raimundos, dan S. P. Cruz, "Sustainable Entrepreneurship: A Literature Review," *Sustainability*, vol. 14, no. 9, hlm. 1–25, doi: <https://doi.org/10.3390/su14095556>.
- [2] P. Muñoz dan B. Cohen, "Sustainable entrepreneurship research: Taking stock and looking ahead," *Business strategy and the environment*, vol. 27, no. 3, hlm. 300–322, 2018.
- [3] G. T. Lumpkin, S. Bacq, dan R. J. Pidduck, "Where change happens: Community-level phenomena in social entrepreneurship research," *Journal of Small Business Management*, vol. 56, no. 1, hlm. 24–50, 2018.
- [4] Nikolaos Apostolopoulos, Vanessa Ratten, Dimitrios Petropoulos, Panagiotis Liargovas, dan Eleni Anastasopoulou, "Agri-food Sector and Entrepreneurship During The COVID-19 Crisis: A Systematic Literature Review and Research Agenda," *Strategic Change*, vol. 30, no. 2, hlm. 159–167, 2021, doi: <https://doi.org/10.1002/jsc.2400>.
- [5] Y. B. Hermanto dan V. A. Srimulyani, "The challenges of online learning during the covid-19 pandemic," *Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, vol. 54, no. 1, hlm. 46–57, 2021.
- [6] F. M. Hossain, S. M. N. Numan, dan S. Akhtar, "Cultivation, nutritional value, and health benefits of Dragon Fruit (*Hylocereus* spp.): A Review," *International Journal of Horticultural Science and Technology*, vol. 8, no. 3, hlm. 259–269, 2021.
- [7] Shela Rihadatul Nabila, Yuli Andriani, Rosidah, dan Fittrie Mellyanawatie Pratiwy, "POTENTIAL OF DRAGON FRUIT PEEL AS COLOUR PIGMENT IN FISH FEED," *GPH - Journal of Agriculture and Research*, vol. 6, no. 6, hlm. 28–37, 2023, doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8158767>.
- [8] Tonny Deswinta, A.A. GD. Putra K.P. Dalem, Anak Agung Ketut Alit, dan Anak Agung Ketut Alit Pujawan, "Organoleptic Test of Fruit Leather Made from Dragon Fruit Peel," *Indonesian Journal of Applied and Industrial Sciences (ESA)*, vol. 3, no. 6, hlm. 825–836, 2024, doi: <https://doi.org/10.55927/esa.v3i6.11308>.
- [9] T.-T.-H. Luu, T.-L. Le, N. Huynh, dan P. Quintela-Alonso, "Dragon fruit: A review of health benefits and nutrients and its sustainable development under

- climate changes in Vietnam,” *Czech Journal of Food Sciences*, vol. 39, no. 2, hlm. 71–94, 2021.
- [10] Bunga Tiara Carolin dkk., “Providing Additional Food of Dragon Fruit Pudding as an Effort to Prevent Stunting,” *Journal of Community Empowerment for Multidisciplinary (JCEMTY)*, vol. 3, no. 1, hlm. 22–31, 2025, doi: <https://doi.org/10.53713/jcemty.v3i1.316>.
- [11] O. P. S. Rebecca, A. N. Boyce, dan S. Chandran, “Pigment identification and antioxidant properties of red dragon fruit (*Hylocereus polyrhizus*),” *African Journal of Biotechnology*, vol. 9, no. 10, hlm. 1450–1454, 2010.
- [12] K. Jalgaonkar, M. K. Mahawar, B. Bibwe, dan P. Kannaujia, “Postharvest profile, processing and waste utilization of dragon fruit (*Hylocereus* spp.): A review,” *Food Reviews International*, vol. 38, no. 4, hlm. 733–759, 2022.
- [13] M. Arivalagan dkk., “Biochemical and nutritional characterization of dragon fruit (*Hylocereus* species),” *Food Chemistry*, vol. 353, hlm. 129426, 2021.
- [14] E. T. Ardianto, Y. Subaktilah, dan A. D. Elisanti, “Formulasi biskuit buah naga dan daun kelor untuk mencegah anemia,” *Jurnal Kesehatan*, vol. 8, no. 1, hlm. 10–15, 2020.
- [15] R. Nurliyana, I. Syed Zahir, K. Mustapha Suleiman, M. R. Aisyah, dan K. Kamarul Rahim, *Antioxidant study of pulps and peels of dragon fruits: A comparative study. Int Food Res J. 2010; 17: 367–75.*
- [16] W. Sara dan A. S. Sasmita, “Inovasi Pemanfaatan Susu Evaporasi Sebagai Pengganti Santan Terhadap Hidangan Penutup Khas Makassar,” *Home Journal.*, vol. 4, no. 2, hlm. 320–336, 2022.
- [17] Rosyda Dianah dan Rayhan, “BREAD FRUITS PUDDING DENGAN PEMANIS ALAMI SEBAGAI ALTERNATIF DESSERT UNTUK PASIEN DIABETES MELLITUS,” *Jurnal Sains Terapan*, vol. 11, no. 1, hlm. 33–48, 2021, doi: 10.29244/jstsv.11.1.33-48.
- [18] H. Wijaya, R. H. Rouw, dan A. R. Kadir, “Brassica box food products as a healthy local food innovation in The Covid-19 pandemic period,” dalam *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, IOP Publishing, 2020, hlm. 012011.
- [19] Mulawarman dan A. D. Nurfitri, “Perilaku Pengguna Media Sosial beserta Implikasinya Ditinjau dari Perspektif Psikologi Sosial Terapan,” *Jurnal Buletin Psikologi*, vol. Vol. 25, hlm. 36–44, 2017.
- [20] H. T. Lawless dan H. Heymann, *Sensory evaluation of food: principles and practices*. Springer Science & Business Media, 2010.