

Aloe Vera Pudding With a Combination of Red Guava Fruit as an Antioxidant

Source Snack

Febri Styawati

Clinical Nutrition Study Program

Department of Health

ABSTRACT

Antioxidants are natural compounds or substances that can protect body cells from damage and aging caused by reactive molecules or often called free radicals. Consumption of foods that contain high antioxidants can prevent and overcome the occurrence of various degenerative diseases. Utilization of fruit as antioxidants is needed to improve the quality of public health at a relatively affordable cost. Aloe vera plants (*Aloe vera* L) and red guava fruit (*Psidium guajava* L) are types of tropical fruits that are used as sources of antioxidants. This study aims to examine the manufacture of using various combination of aloe vera and red guava fruit as a snack containing a source of antioxidants. The research design used was a completely randomized design (CRD) with 6 treatment formulations and 4 replications, namely: P1 (20% aloe vera + 80% red guava), P2 (30% aloe vera and 70% red guava), P3 (40% aloe and 60% red guava), P4 (50% aloe and 50% red guava), P5 (60% aloe and 40% red guava), P6 (70% aloe and 30% red guava). The analysis used was antioxidant activity, physical property test (syneresis), organoleptic test results (hedonic test and hedonic quality test), the best treatment results using the ranking method, and nutritional content in the form of energy, protein, fat, carbohydrates, water content, ash from the best treatment. The results showed that the more the percentage of red guava fruit, the higher the antioxidant activity. Organoleptic results in the best treatment produced.

Keywords : *Antioxidant activity, Aloe vera, Red guava fruit, Pudding*

**Pembuatan Puding Lidah Buaya dengan Kombinasi Buah Jambu Biji Merah
Sebagai Makanan Selingan Sumber Antioksidan**

Febri Styawati

Program Studi Gizi Klinik

Jurusan Kesehatan

ABSTRAK

Antioksidan adalah senyawa atau zat alami yang dapat melindungi sel tubuh dari kerusakan dan penuaan yang disebabkan oleh molekul reaktif atau sering disebut radikal bebas. Konsumsi makanan yang mengandung tinggi antioksidan dapat mencegah dan mengatasi terjadinya berbagai penyakit degeneratif. Tanaman lidah buaya (*Aloe vera* L) dan buah jambu biji merah (*Psidium guajava* L) merupakan jenis buah-buahan tropis yang dimanfaatkan sebagai sumber antioksidan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pembuatan puding sebagai makanan selingan mengandung sumber antioksidan. Rancangan penelitian yang digunakan adalah Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan 6 formulasi perlakuan dan 4 kali ulangan yaitu : P1 (20% lidah buaya + 80% jambu biji merah), P2 (30% lidah buaya dan 70% jambu biji merah), P3 (40% lidah buaya dan 60% jambu biji merah), P4 (50% lidah buaya dan 50% jambu biji merah), P5 (60% lidah buaya dan 40% jambu biji merah), P6 (70% lidah buaya dan 30% jambu biji merah). Analisa yang digunakan adalah aktivitas antioksidan, uji sifat fisik (sineresis), hasil uji organoleptik (uji hedonik dan uji mutu hedonik), hasil perlakuan terbaik dan kandungan gizi berupa energi, protein, lemak, karbohidrat, kadar air, kadar abu dari perlakuan terbaik. Hasil penelitian menunjukkan semakin banyak persentase buah jambu biji merah maka aktivitas antioksidan semakin tinggi. Hasil organoleptik pada perlakuan terbaik menghasilkan warna merah muda kuat/ sangat suka, rasa manis kuat/sangat suka, beraroma khas jambu biji merah kuat/suka, tekstur lunak/sangat suka.

Kata kunci : Aktivitas Antioksidan, Lidah buaya, Buah jambu biji merah, Puding