

## INOVASI MOUSSE BERBASIS KIWI

**Siti Nazwa Aurellia Faisal Noor**

Universitas Telkom, Indonesia

Email: nazwaaurellia92215@gmail.com

### Abstrak

Penelitian ini didasari dari inovasi mousse berbasis kiwi sebagai respons terhadap rendahnya konsumsi buah dan sayur di Indonesia, terutama di kalangan remaja. Manfaat kesehatan kiwi, seperti kandungan vitamin C dan E yang tinggi, indeks glikemik rendah, dan enzim actinidin, dibahas secara rinci. Tujuan penelitian ini untuk membuat formulasi resep dari buah kiwi dan daya terima konsumen terhadap produk. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode eksperimen dengan mengukur daya terima konsumen pada inovasi mousse berbasis kiwi pada beberapa faktor, seperti rasa, tekstur, aroma dan penampilan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa mousse berbasis kiwi menawarkan alternatif dessert yang sehat, menarik secara visual, dan mendukung praktik berkelanjutan dalam industri makanan, dan dapat diterima oleh konsumen.

**Kata kunci:** Inovasi, mousse berbasis kiwi, daya terima konsumen

### Abstract

*This research examines the innovation of kiwi-based mousse as a response to low fruit and vegetable consumption in Indonesia, especially among adolescents. The study analyzes factors influencing fruit consumption, particularly kiwi, including economic, social, and cultural aspects. The health benefits of kiwi, such as high vitamin C and E content, low glycemic index, and actinidin enzyme, are discussed in detail. This research also explains the concept of mousse and expert perspectives on it. The innovation of kiwi-based mousse is driven by several factors, including kiwi's nutritional value, unique taste and appearance, healthy food trends, and the push to utilize local ingredients. The study concludes that kiwi-based mousse offers a healthy dessert alternative that is visually appealing and supports sustainable practices in the food industry.*

**Keywords:** fruit consumption, kiwi, mousse, culinary innovation, nutrition, health, sustainability, healthy food trends, local economy, food aesthetics.

### Pendahuluan

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, mayoritas remaja di Indonesia, yakni sekitar 95%, mengalami kekurangan dalam mengonsumsi sayur dan buah-buahan. Padahal buah dan sayur memiliki serat tinggi yang sangat baik bagi Kesehatan (Mokoginta dkk., 2016; Rahmatunisa dkk., 2019; Setyawati & Rimawati, 2016). Bahkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan untuk meningkatkan konsumsi sayur, buah dan biji-bijian sebagai upaya mengontrol gula darah dan mengurangi berat badan lebih (Anwar dkk., 2022; Suksesty, 2017; Widiastuti dkk., 2024). WHO dan Food and Agriculture Organisation (FAO) menyebutkan, kekurangan asupan buah dan sayur dapat menyebabkan risiko kematian akibat kanker saluran cerna sebesar 14%, risiko kematian akibat penyakit jantung koroner sebesar 11%, dan kematian akibat stroke sebanyak 9%.

Melihat bahwa mayoritas masyarakat Indonesia jarang mengonsumsi buah karena beberapa alasan, yaitu ; faktor ekonomi, faktor sosial, dan faktor budaya (Iswati dkk., 2019; Pratisti, 2017). Faktor ekonomi seringkali terjadi ketika masyarakat ingin membeli buah kiwi namun harga buah kiwi di pasar dan *supermarket* terbilang mahal sehingga masyarakat memutuskan untuk membeli buah lain atau minuman berbahan buah yang jauh lebih terjangkau harganya. Selain itu, di beberapa daerah, kiwi mungkin tidak tersedia secara luas atau dengan mudah diakses. Hal ini dapat menjadi kendala bagi masyarakat untuk mengonsumsi kiwi secara rutin jika mereka harus melakukan upaya ekstra untuk mendapatkannya. Faktor sosialnya adalah ketika tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang manfaat kesehatan kiwi yang dapat memengaruhi tingkat konsumsi. Jika masyarakat kurang teredukasi tentang manfaat kiwi atau pentingnya diet seimbang, mereka mungkin kurang termotivasi untuk mengonsumsinya. Terakhir, faktor budaya adalah dimana buah-buahan lokal atau tradisional dianggap sebagai pilihan yang lebih baik atau lebih bernilai daripada buah-buahan impor seperti kiwi. Nilai-nilai budaya ini dapat memengaruhi preferensi makanan dan pola konsumsi masyarakat. Jika kiwi tidak diperkenalkan atau ditanam secara luas dalam budaya suatu masyarakat, maka tingkat konsumsinya kemungkinan akan rendah. Selain itu, variasi dan presentasi kiwi dalam hidangan atau resep tradisional juga dapat memengaruhi minat masyarakat untuk mengonsumsinya.

Rahayu et al. (2023), buah kiwi adalah buah padat nutrisi yang memberikan banyak manfaat bagi kesehatan, seperti pencernaan yang sehat, kekebalan tubuh, dan metabolisme. Kiwi merupakan salah satu buah yang memiliki indeks glikemik rendah, sehingga cocok dikonsumsi oleh penderita diabetes. Buah kiwi dikenal karena kandungan vitamin C dan E yang tinggi. Jumlah vitamin C dalam kiwi dua kali lebih tinggi dibandingkan jeruk dengan berat yang sama, sementara kandungan nutrisinya lima kali lebih besar dibandingkan apel dengan berat yang setara.

Buah kiwi memiliki kadar antioksidan dan nilai gizi yang tinggi, memiliki dua warna, hijau dan kuning, dan kaya akan serat, kaya akan vitamin C, sehingga berpotensi untuk dikembangkan dan dimanfaatkan sebagai produk pangan, pengawet makanan alami, suplemen makanan, kosmetik dan obat-obatan (Inggrid & Santoso, 2014; Mayunita, 2019; Suryana, 2018).

Buah ini memiliki dua warna, hijau dan kuning, dan kaya akan serat. Kandungan enzim actinidin yang unik dalam kiwi hijau membantu pencernaan protein, mempercepat penyerapannya dalam tubuh. Protein yang terserap dengan baik bermanfaat sebagai zat pembangun, mengganti sel-sel yang rusak, dan menjaga metabolisme tubuh agar berjalan optimal. Selain itu, kiwi juga kaya akan asam folat, yang sangat berguna bagi ibu yang sedang merencanakan kehamilan.

Mousse adalah salah satu jenis produk dari *patisserie* yang biasanya disajikan untuk makanan pencuci mulut pada hidangan di restoran atau pada acara banquet ataupun *coffe break* dalam operasional hotel (Erri dkk., 2021). Mousse sendiri adalah produk yang terbuat dari campuran coklat dan cream dengan memanfaatkan gelembung udara agar hasil akhir produk seperti busa, lembut, kental tergantung dengan penyajiannya.

Pada umumnya varian rasa mousse beragam, terdapat rasa green tea, kopi, coklat, dan lain-lain (Fasha & Artanti, 2022). Dalam penelitian ini, peneliti melakukan inovasi dengan varian baru mousse berbasis kiwi. Para ahli kuliner mengeksplorasi pemanfaatan kiwi sebagai bahan utama dalam menciptakan dessert yang inovatif, sehat, dan rendah lemak.

Mousse adalah hidangan penutup yang terbuat dari gabungan bahan-bahan seperti telur, gula, susu, atau krim yang dikocok hingga mengembang dan memiliki tekstur yang ringan, lembut, dan berbusa (Amariza dkk., 2021; Andrianti dkk., 2014; Yuningsih dkk., 2016). Hidangan ini biasanya memiliki variasi rasa dan bisa disajikan dalam berbagai bentuk, seperti cokelat, buah-buahan, kopi, atau rasa lainnya.

Penggunaan kiwi dalam pembuatan mousse memberikan keunikan tersendiri dari segi rasa dan penampilan (Saras, 2023). Kiwi memiliki cita rasa yang khas, yaitu kombinasi rasa segar, sedikit asam, dan sedikit manis. Rasa yang unik ini memberikan nuansa yang berbeda pada mousse, menjadikannya alternatif yang menarik daripada rasa mousse konvensional seperti cokelat atau vanila yang cenderung manis dan sering kali terasa berat atau terlalu mengenyangkan. Selain itu, warna hijau cerah dari kiwi juga membuat penampilan mousse menjadi lebih unik dan menarik secara visual, berbeda dari warna cokelat atau putih pada mousse.

Inovasi mousse berbasis kiwi menjadi pilihan yang sangat menarik bagi konsumen yang mencari opsi makanan yang lebih baik, lebih sehat, dan lebih menarik secara visual maupun sensori. Produk ini menawarkan pengalaman baru dalam menikmati dessert yang lezat sekaligus sehat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui formulasi mousse berbasis kiwi dan untuk mengetahui daya terima konsumen terhadap mousse berbasis kiwi.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan uji organoleptik untuk mengukur daya terima konsumen terhadap inovasi mousse berbasis kiwi. Sampel penelitian terdiri dari 30 panelis tidak terlatih yang dipilih secara acak dari kalangan umum. Uji organoleptik dilakukan untuk menilai aspek warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan dari mousse kiwi. Panelis diminta untuk memberikan penilaian menggunakan skala hedonik 5 poin, mulai dari 1 (sangat tidak suka) hingga 5 (sangat suka).

Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dengan menghitung rata-rata skor untuk setiap aspek organoleptik. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan grafik untuk memudahkan interpretasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penerimaan konsumen terhadap mousse kiwi sebagai alternatif makanan penutup yang sehat dan inovatif.

### **Hasil dan Pembahasan**

Mousse adalah salah satu jenis dessert berbahan dasar cokelat atau buah yang memiliki tekstur airy. Biasanya diaplikasikan pada entremet atau glass dessert. Sementara Kiwi merupakan salah satu buah yang memiliki indeks glikemik rendah, sehingga cocok dikonsumsi oleh penderita diabetes. Buah kiwi dikenal karena kandungan vitamin C dan E yang tinggi. Pada penelitian ini akan membahas terkait formulasi resep dan daya terima konsumen mengenai produk.

### **Formulasi Resep Mousse Berbasis Kiwi**

Pada penelitian ini penulis membuat formulasi resep dari inovasi mousse berbasis kiwi, berikut formula resep:

**Tabel 1. Formulasi resep**

No	ingredient	Qty
1.	Egg yolk	4pcs
2.	sugar	150gr
3.	gelatine	30gr
4.	Whipped cream	700ml
5.	Pure kiwi	200gr

Sumber : Olahan Peneliti (2024)

Cara Membuat :

1. Pertama-tama siapkan alat yang akan digunakan.
2. Timbang bahan yang akan digunakan
3. beanberry gelatin lalu campurkan wipcream yang sudah di mixer.
4. kocok telur dan sugar lalu campurkan dengan wipcream dan gelatine.
5. hancurkan kiwi lalu campurkan bersamaan dengan wipcream.

**Tabel 2. Alat**

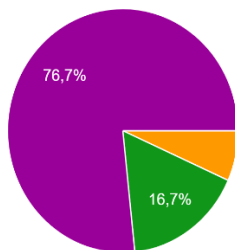
No	Equitmen/utensil
1.	Bowl
2.	Pan
3.	Small bowl
4.	mixer
5.	spatula
6.	Ballon whisk

Sumber : Olahan peneliti (2024)

**Daya Terima Konsumen**

1. Penampilan

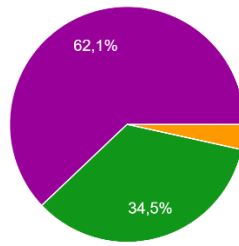
Aspek pertama yang diukur dalam uji organeleptik merupakan penampilan dari produk yang dibuat, adapun hasil dari penyebaran kuesioner sebagai berikut :



**Gambar 1. berdasarkan rasa**

Sumber: Olahan Peneliti (2024)

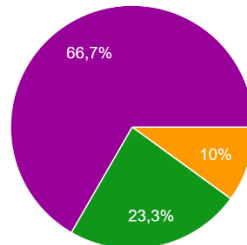
Hasil penyebaran kuesioner Inovasi Mousse Berbasis Kiwi pada aspek rasa menunjukkan respon yang positif terhadap mousse berbasis kiwi di antara 30 panelis tidak terlatih. Cukup enak mendapatkan skor 6,7 , dan skor enak mendapatkan skor 16,7. Dalam uji organoleptik, aspek rasa mendapat skor rata-rata tertinggi 76,7.



**Gambar 2. Berdasarkan Warna**

Sumber: Olahan Peneliti (2024)

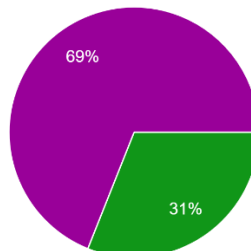
Dalam uji organeleptik dengan pengukuran 5 skala yang terdiri dari sangat tidak menari, tidak menarik, cukup menarik, menarik dan sangat menarik didapatkan hasil bahwa indicator warna mendapatkan skor sangat enak 62,1% ,skor menarik 34,5%, skor cukup menarik 3,4%. Berdasarkan daya terima konsumen dengan indicator warna ,menunjukkan daya tarik visual yang kuat dari warna hijau cerah mousse kiwi.



**Gambar 3. berdasarkan tekstur**

Sumber: Olahan Peneliti (2024)

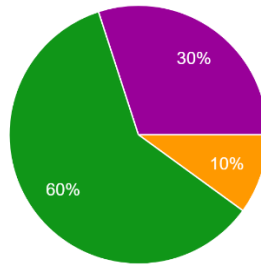
Tekstur lembut dan ringan mousse juga sangat diapresiasi dengan skor sangat lembut 66,7%, skor cukup lembut 10%, skor lembut 23,3%.



**Gambar 4. berdasarkan tampilan**

Sumber: Olahan Peneliti (2024)

Dalam penampilan mousse kiwi menunjukkan tampilan warna hijau yang cerah dan segar skor sangat menarik 69%, skor menarik 31%.



**Gambar 5. berdasarkan aroma**  
Sumber: Olahan Peneliti (2024)

Berdasarkan aroma mousse kiwi memperoleh skor paling tinggi tercium 60%, skor sangat tercium 30% , skor cukup tercium 10%, yang memberikan aroma cream cheese dan wangi vanilla dari whipped cream.

Analisis lebih lanjut mengungkapkan bahwa faktor-faktor seperti kesegaran rasa, tekstur yang unik, dan persepsi sebagai makanan penutup yang sehat mempengaruhi preferensi konsumen. Mayoritas panelis (80%) menyatakan kesediaan untuk mengonsumsi mousse kiwi sebagai alternatif makanan penutup yang lebih sehat. Temuan ini sejalan dengan rekomendasi WHO dan FAO tentang pentingnya meningkatkan konsumsi buah, serta mendukung upaya mengatasi rendahnya konsumsi buah di kalangan remaja Indonesia seperti yang dilaporkan dalam Riskesdas 2018. Hasil penelitian ini menunjukkan potensi yang menjanjikan untuk mousse berbasis kiwi sebagai inovasi kuliner yang dapat meningkatkan konsumsi buah sekaligus memenuhi selera konsumen akan makanan penutup yang lezat dan bergizi.

### Kesimpulan

Berdasarkan uji coba inovasi yang dilakukan dalam penelitian ini, maka dari percobaan yang telah dilakukan melalui eksperimen dan menciptakan inovasi dari mousse berbasis kiwi dinyatakan berhasil dengan bahan yang terdiri dari whipped cream 700 ml ,gelatine 30gr,egg yolk 4pcs,sugar 150gr,pure kiwi 200gr. Hasil organeleptik dengan cara penyebaran kuesioner kepada 30 penelis untuk mengetahui daya terima konsumen para konsumen rata rata memberikan nilai dari empat hingga lima, maka dapat disimpulkan bahwa inovasi mousse berbasis kiwi dapat diterima oleh konsumen dan menjadi makanan yang sehat yang disukai konsumen.

### BIBLIOGRAFI

- Amariza, N. A., Tanius, B., & Widani, N. N. (2021). Inovasi Hidangan Penutup Dingin Menggunakan Teh Earl Grey. *Journey: Journal of Tourismpreneurship, Culinary, Hospitality, Convention and Event Management*, 4(2), 225–236.
- Andrianti, A. Z., Lasmanawati, E., & Nurhayati, A. (2014). Pemahaman Hasil Belajar “Menyiapkan dan Mengolah Hidangan Penutup Panas dan Dingin (Hot and Cold Dessert)” Sebagai Kesiapan Praktik Pengolahan Makanan Kontinental di SMKN 1 Pacet. *Media Pendidikan, Gizi, dan Kuliner*, 3(1).
- Anwar, Y., An-Naf, M. D., Lathiifah, M. P., Tiana, L., Hardianti, R., Puspitasari, D., Maharani, E. D., Fadillah, N. K., Tibbiya, F., & Najmah, L. (2022). Penyuluhan Penyakit Diabetes Mellitus kepada Remaja Sekolah Menengah Atas di Jakarta Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 1(2), 43–53.

- Erri, D., Lestari, A. P., & Asymar, H. H. (2021). Uji Oranoleptik Dan Daya Terima Pada Produk Mousse Berbasis Tapai Singkong Sebagai Komoditi Umkm Di Kabupaten Bandung. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(10).
- Fasha, Y. F., & Artanti, D. G. (2022). Perbedaan Mutu Sensoris Chocolate Mousse yang Menggunakan Cokelat Compound dengan Cokelat Couverture. *Jurnal Sains Boga*, 5(2).
- Ingrid, H. M., & Santoso, H. (2014). Ekstraksi antioksidan dan senyawa aktif dari buah kiwi (*Actinidia deliciosa*). *Research Report-Engineering Science*, 2.
- Iswati, N., Desyarti, N., & Nurlaila, N. (2019). Pola Makan Dan Pola Aktifitas Pada Anak Obesitas Di SD Islam Al-Hikmah Selokerto Kecamatan Sempor. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 14(3), 105–112.
- Mayunita, A. (2019). Perbandingan Kadar Vitamin C Pada Buah Kiwi Hijau (*A. Deliciosa*) Dan Kiwi Emas (*A. Chinensis*) Yang Dijual Di Supermarket Kota Brebes. *PUBLICITAS AK*, 1(1).
- Mokoginta, F. S., Budiarmo, F., & Manampiring, A. E. (2016). Gambaran pola asupan makanan pada remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *eBiomedik*, 4(2).
- Pratisti, C. (2017). Model konsumsi ikan pada konsumen muda. *Jurnal REKOMEN (Riset Ekonomi Manajemen)*, 1(1).
- Rahayu, A., Kurniati, I., Dermawan, A., & Wahyuni, Y. (2023). Efektivitas Ekstrak Kering Buah Kiwi Emas (*Actinidia chinensis*) Sebagai Antibakteri Dalam Menghambat Dan Membunuh *Streptococcus mutans*. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 4(1), 147–154.
- Rahmatunisa, R., Kurniasari, R., & Andriani, E. (2019). Gerakan masyarakat hidup sehat (germas)“ayo makan buah dan sayur” pada siswa sman 1 telukjambe timur karawang. *JURNAL CEMERLANG: Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 13–23.
- Saras, T. (2023). *Keajaiban Kiwi: Manfaat Kesehatan, Kuliner, dan Kebudayaan*. Tiram Media.
- Setyawati, V. A. V., & Rimawati, E. (2016). Pola konsumsi fast food dan serat sebagai faktor gizi lebih pada remaja. *Unnes Journal of Public Health*, 5(3), 275–284.
- Suksesty, C. E. (2017). Pengaruh jus campuran kacang hijau terhadap peningkatan hormon prolaktin dan berat badan bayi. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(3), 32–40.
- Suryana, D. (2018). *Manfaat buah: manfaat buah-buahan*. Dayat Suryana Independent.
- Widiastuti, W., Zulkarnaini, A., & Mahatma, G. (2024). Review Artikel: Pengaruh Pola Asupan Makanan Terhadap Resiko Penyakit Diabetes. *Journal of Public Health Science*, 1(2), 108–125.
- Yuningsih, D., Nurhasanah, N. S., & Sitorus, D. R. (2016). *Guru pembelajar modul paket keahlian patiseri SMK kelompok kompetensi F: makanan penutup, potensi peserta didik*.

---

**Copyright holder:**

Siti Nazwa Aurellia Faisal Noor (2024)

**First publication right:**

Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

**This article is licensed under:**

