

**INOVASI BAKSO DARI IKAN GABUS (*CHANNA STRIATA*) DENGAN  
SUBSTITUSI DAUN KELOR (*MORINGA OLEIFERA*) DAN WORTEL  
(*DAUCUS CAROTA*)**

Sri Irianti Latif  
PKK FT Universitas Negeri Makassar  
Jl. Dg. Tata Raya Makassar, Sulawesi selatan  
Telp. (0411) 8645353 – 861507 Kode Pos 90221

**ABSTRAK**

**Sri Irianti Latif, 1428041006. Inovasi Bakso dari Ikan Gabus (*Channa striata*) dengan Substitusi Daun Kelor (*Moringa oleifera*) dan Wortel (*Daucus carota*). Skripsi. Makassar: Fakultas Teknik Universitas Negeri Makassar, 2018. Pembimbing: Nahriana dan Ratnawati.**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui proses pembuatan bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel, untuk mengetahui hasil uji organoleptik bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel serta untuk mengetahui zat gizi yang terkandung dalam bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel. Jenis ikan gabus yang digunakan dalam pembuatan bakso ini adalah ikan yang segar, dengan substitusi daun kelor dan wortel yang segar. Proses pengolahan bakso dari ikan gabus melalui beberapa tahap yaitu mulai dari persiapan bahan dan alat, pembersihan bahan dan alat, pencampuran bahan menjadi adonan, pembentukan adonan, perebusan, dan pendinginan bakso. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen dimaksudkan untuk menghasilkan salah satu inovasi dalam pembuatan bakso serta memperoleh informasi mengenai produk yang disukai oleh panelis yaitu dengan produk  $K_1W_1$  (10% daun kelor dan 30% wortel),  $K_1W_2$  (10% daun kelor dan 40% wortel),  $K_2W_1$  (5% daun kelor dan 30% wortel) dan  $K_2W_2$  (5% daun kelor dan 40% wortel). Produk yang paling disukai kemudian dilakukan uji laboratorium zat gizinya di Balai Besar Laboratorium Kesehatan Makassar. Panelis sebanyak 33 orang terdiri dari 7 orang panelis terlatih, 11 orang panelis agak terlatih dan 15 orang panelis tidak terlatih yang selanjutnya melakukan uji hedonik dan mengisi *score sheet*. Tingkat kesukaan dari 33 panelis cenderung memilih formulasi  $K_2W_2$  yaitu bakso dari ikan gabus dengan substitusi 5% daun kelor dan 40% wortel diperoleh hasil pemeriksaan atau uji laboratorium yaitu mengandung protein 6,86%, serat 0,33%, lemak 0,058% dan kadar air 82,31% per 100 gram bakso ikan gabus. Hasil penelitian dengan uji ANAVA, menunjukkan bahwa yang memiliki perbedaan antar sampel yaitu berdasarkan aspek tekstur dan rasa. Sampel terbaik berdasarkan aspek tekstur yaitu sampel  $K_2W_1$  dengan penggunaan daun kelor 5% dan wortel 30%. Sampel terbaik berdasarkan aspek rasa yaitu sampel  $K_2W_2$  dengan penggunaan daun kelor 5% dan wortel 40%.

**Kata Kunci : Bakso ikan gabus, Daun kelor, Inovasi, Wortel.**

## **Pendahuluan**

Bakso merupakan produk olahan dari daging yang berbentuk bulat kecil dan dapat dimakan secara langsung atau diolah terlebih dahulu. Bakso terbuat dari (daging sapi / daging ayam / daging ikan) yang dicincang atau digiling dengan campuran tepung tapioka, es batu dan bumbu-bumbu sebagai penyedap. Bahan-bahan tersebut dicampur hingga membentuk adonan yang kalis kemudian dibentuk bulat dan direbus.

Bakso merupakan salah satu olahan daging yang sangat terkenal dan digemari oleh semua lapisan masyarakat, karena memiliki rasa yang khas, enak, dan kaya zat gizi. Bakso memiliki kandungan protein dan kadar air tinggi serta pH netral, sehingga rentan terhadap kerusakan dan daya awet maksimal 1 hari pada suhu kamar. Bahan baku bakso dapat berasal dari berbagai jenis daging ternak, seperti : sapi, ayam dan ikan (Purnomo, 1998: 26).

Keunggulan bakso mendorong masyarakat untuk menjadikannya alternatif bisnis yang menjanjikan. Peluang ini digunakan oleh para pedagang seperti pedagang kaki lima, warung, restoran, bahkan sampai hotel berbintang. Semakin meningkat penjualan bakso di masyarakat, mendorong para pedagang bakso menciptakan inovasi tersendiri untuk menarik minat konsumen dan untuk mendapatkan keuntungan. Bahkan beberapa pedagang melakukan cara-cara yang tidak dibenarkan seperti penambahan boraks dan formalin agar bakso lebih awet dan kenyal serta penggunaan bahan penyedap yang berlebihan, Joko (2015). Hal tersebut sangat merugikan konsumen terutama bagi kesehatan. Berbagai bahan ditambahkan sehingga tidak memenuhi syarat, maka akan menyebabkan efek samping terhadap kesehatan.

Secara teknis, pengolahan bakso sangat mudah dan dapat dilakukan oleh siapa saja. Dilihat dari sisi peluang usahanya, pengolahan bakso tampil dipermukaan sebagai bisnis yang menarik. Serta dari upaya kecukupan gizi masyarakat, bakso dapat dijadikan sebagai sarana pendukung kebutuhan gizi yang tepat mengingat karena produk ini bergizi tinggi dan disukai hampir semua lapisan.

Istilah bakso diikuti dengan nama jenis dagingnya, seperti bakso sapi, bakso ikan, bakso ayam, bakso udang dsb. Bakso yang banyak digemari masyarakat yaitu bakso daging sapi dan bakso ikan tenggiri tetapi harganya lebih mahal. Bakso sapi umumnya berwarna kecoklatan, sedangkan bakso ikan berwarna putih. Tekstur bakso sapi lebih keras dibanding bakso ikan yang biasanya dari ikan tenggiri (Oktavia, 2011: 3). Dari fakta tersebut memberikan pemikiran kepada peneliti perlu adanya inovasi bakso untuk penganekaragaman bakso yang sudah ada di pasaran serta menambah nilai gizi, salah satunya adalah dengan menggunakan ikan gabus yang berprotein tinggi.

Menurut Made Astawan dalam Oktavia (2011: 3) bentuk ikan gabus yang seperti ular kurang banyak disukai oleh masyarakat, padahal di dalam ikan gabus mengandung protein yang sangat tinggi. Ikan gabus sangat kaya akan albumin, jenis protein terbanyak (60 %) di dalam plasma darah manusia. Peran utama albumin di dalam tubuh sangat penting, yaitu membantu pembentukan jaringan sel baru serta mempercepat penyembuhan pascaoperasi dan melahirkan. Zat ini juga membantu pertumbuhan anak. Kadar albumin normal di dalam tubuh antara

3,5 – 4,5 g/dl. Kadar albumin yang kurang dari 2,2 g/dl menunjukkan masalah pada tubuh. Seperti ikan lain, keunggulan ikan gabus adalah kandungan proteinnya yang cukup tinggi. Kadar protein per 100 gram ikan gabus setara ikan bandeng, tetapi lebih tinggi bila dibandingkan dengan ikan lele maupun ikan mas.

Kandungan protein ikan gabus juga lebih tinggi daripada bahan pangan yang selama ini dikenal sebagai sumber protein seperti telur, daging ayam, maupun daging sapi. Kadar protein per 100 gram telur 12,8 gram; daging ayam 18,2 gram; dan daging sapi 18,8 gram, sedangkan daging ikan gabus lebih tinggi yaitu 20 gram. Nilai cerna protein ikan juga sangat baik, yaitu mencapai 90 %. Selain itu, protein kolagen (Kolagen adalah komponen utama lapisan kulit dermis yang dibuat oleh sel fibroblast). Pada dasarnya kolagen adalah senyawa protein rantai panjang yang tersusun lagi atas asam amino alanin, arginin, lisin, glisin, prolin, serta hidroksiprolin. Sebelum menjadi kolagen, terlebih dahulu terbentuk pro kolagen, protein ikan gabus juga lebih tinggi dibandingkan dengan daging ternak, yaitu berkisar 3-5% dari total protein. Hal tersebut yang menyebabkan tekstur daging ikan gabus lebih empuk daripada daging ayam ataupun daging sapi.

Berdasarkan hal di atas maka dibutuhkan bakso yang berbeda dari produk bakso biasanya. Bakso tersebut harus terlahir dari inovasi yang dibuat sedemikian rupa sehingga memiliki daya tarik bagi konsumen. Bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel yang terlahir dari inovasi dengan penambahan daun kelor dan wortel. Bakso ini diharapkan dapat berpeluang besar dalam wisata kuliner serta menjadi bakso favorit dan masyarakat dapat mengonsumsi makanan sehat atau bergizi jika ditambahkan dengan daun kelor dan wortel.

Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tanaman yang mudah dijumpai di lingkungan sekitar. Kelor memiliki kandungan nutrisi dan senyawa yang penting bagi tubuh, daun kelor juga mengandung zat fitokimia seperti tamin, steroid, triterpenoid, flavonoid, saponin, antrakuinon dan alkaloid. Senyawa tersebut mempunyai kemampuan sebagai obat antibiotik, antiinflamasi, detoksifikasi dan antibakteri (Mardiana, 2013). Perkembangan bakso dari masa ke masa sudah banyak mengalami perkembangan, dari bakso yang *original*, ditambahkan sayuran sampai yang diisi. Selain wortel dan rumput laut yang ditambahkan dalam pembuatan bakso ada alternatif lain yang dapat ditambahkan dalam pembuatan bakso yakni daun kelor.

Daun kelor merupakan daun mejemuk bertangkai panjang, beranak gasal dan berbentuk bulat telur. Daun kelor biasanya digunakan untuk sayur bening, teh, serbuk dan lain-lain. Daun kelor tidak memiliki nilai jual. Padahal daun kelor memiliki banyak kandungan gizi dan terbukti secara ilmiah merupakan sumber gizi berkhasiat obat yang kandungannya melebihi kandungan tanaman lainnya. Daun kelor diyakini memiliki potensi untuk mengatasi kekurangan gizi, kelaparan, serta mencegah dan menyembuhkan berbagai penyakit di seluruh dunia. Kandungan zat besi yang tinggi dalam daun kelor juga dapat mengatasi kekurangan zat besi pada penyakit anemia Krisnadi (2013). Berdasarkan hal tersebut maka akan dilakukan analisis proksimat untuk mengetahui kandungan nutrisi seperti protein, kadar air, lemak dan serat. Bahan yang dapat ditambahkan dalam bakso agar warnanya terlihat lebih menarik dan bergizi adalah wortel.

Menurut Widiyanti dalam Rita (2013: 12), wortel terkenal karena kandungan vitamin A yang tinggi di dalamnya. Selain vitamin A, wortel juga memiliki kandungan vitamin lain seperti vitamin B dan E. Wortel mengandung vitamin A membantu menjaga kesehatan mata. Bahan utama lainnya dari wortel adalah  $\beta$ -karoten yang masuk kedalam pencernaan kita akan dikonversi menjadi vitamin A. Beberapa studi menunjukkan bahwa  $\beta$ -karoten dapat menangkal radikal bebas penyebab kanker.

Hasil penelitian Purukan dalam Trisnaningsih (2014: 3) menunjukkan bahwa bakso ikan gabus dengan penambahan bubur wortel 10 gr dan tepung tapioka 5 gr dalam 100 gr daging ikan : kadar air 77,36%, kadar abu 1,54%, kadar protein 13,38%, kadar lemak 1,19%, serat 0,57%, total karbohidrat 5,96%, kandungan vitamin A <0,5 IU, uji fisik tekstur menggunakan penetrometer 1,69 mm/gr/detik. Pembuatan bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel, diharapkan mampu menghasilkan makanan yang memiliki nilai gizi dengan melihat banyaknya manfaat dari masing-masing bahan utama dan bahan tambahan yang digunakan. Selain itu, diharapkan makanan ini dapat dikonsumsi oleh seluruh kalangan masyarakat mulai dari anak-anak sampai orang dewasa.

Sasaran konsumen bakso dari ikan gabus adalah seluruh masyarakat dari berbagai kalangan dan usia. Diharapkan dari kalangan anak kecil sampai orang dewasa akan menyukai bakso dari ikan gabus, karena bakso ikan ini memiliki campuran bahan yang berbeda daripada yang lain serta diharapkan menjadi makanan yang sehat.

Bakso yang baik adalah bakso yang bermutu sesuai keinginan pelanggan. Mutu suatu produk dapat dinilai berdasarkan penilaian indera yang disebut juga penilaian organoleptik atau penilaian sensoris. Hal ini didukung oleh Soekarto (2009: 2) yang menyebutkan bahwa penilaian dengan indera juga disebut penilaian organoleptik atau penilaian sensoris merupakan suatu cara penilaian yang paling primitif. Penerapan penilaian organoleptik pada praktiknya disebut uji organoleptik yang dilakukan dengan prosedur tertentu.

Peneliti membuat bakso dengan perlakuan berbeda yaitu penambahan daun kelor dan wortel. Penambahan yang berbeda dimungkinkan ada perbedaan komposisi dan kualitas bakso dari ikan gabus dari aspek warna, aroma, tekstur, rasa dan gizi. Perbedaan komposisi daun kelor yaitu (5% dan 10%) dan wortel sebesar (30% dan 40%) dengan empat taraf perlakuan yaitu  $K_1W_1$  (10% daun kelor dan 30% wortel),  $K_1W_2$  (10% daun kelor dan 40% wortel),  $K_2W_1$  (5% daun kelor dan 30% wortel) dan  $K_2W_2$  (5% daun kelor dan 40% wortel). Faktor Komposisi tersebut diambil dari rujukan hasil penelitian yang relevan yaitu nilai gizi tertinggi dan yang paling disukai panelis.

Peneliti tertarik meneliti tentang uraian di atas. Bakso dari ikan gabus inilah yang nantinya akan diuji organoleptik juga dibandingkan dengan produk kontrol yang memiliki tingkat perbandingan yang tidak jauh berbeda. Dari hasil uji hedonik, diharapkan respon yang didapat jauh lebih baik dari produk kontrol. Sehingga dapat dibuktikan bahwa inovasi bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel ini cukup memuaskan.

Berdasarkan latar belakang, maka perlu dilakukan penelitian tentang bakso dengan judul “Inovasi Bakso dari Ikan Gabus (*Channa striata*) dengan Substitusi Daun Kelor (*Moringa oleifera*) dan Wortel (*Daucus carota*)”.

**Tujuan :** Untuk mengetahui inovasi bakso dari ikan gabus (*channa striata*) dengan substitusi daun kelor (*moringa oleifera*) dan wortel (*daucus carota*)

### **Metode Penelitian**

#### **A. Jenis penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif dengan metode eksperimen.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Laboratorium Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Makassar dan uji proksimat di Balai Besar Laboratorium Kesehatan Makassar. Penelitian dilakukan sejak bulan Februari – Maret 2018.

#### **C. Teknik Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penilaian subyektif dengan uji inderawi dan uji kesukaan sedangkan metode penilaian obyektif meliputi penetapan uji proksimat di laboratorium.

#### **D. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah ANAVA.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

1. Proses pembuatan bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel melewati beberapa tahapan yaitu mulai dari persiapan bahan dan alat, pencampuran bahan menjadi adonan, pembentukan adonan, perebusan, dan pendinginan bakso.
2. Hasil uji organoleptik bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel yaitu hasil perhitungan tentang warna bakso dari ikan gabus, panelis lebih menyukai produk  $K_2W_2$  dengan kadar daun kelor 5% dan wortel 40% yaitu warnanya mendekati putih keabu-abuan dengan warna orange yang lebih banyak. Kadar daun kelor 10% yang lebih banyak dalam penambahan bakso cenderung memiliki warna yang lebih hijau sehingga panelis kurang menyukainya. Hasil perhitungan tentang perbedaan aroma, panelis lebih menyukai bakso dengan kadar daun kelor 5% dan wortel 40% yaitu produk  $K_2W_2$ . Hasil perhitungan tentang perbedaan tekstur, panelis lebih menyukai produk  $K_2W_1$  dengan kadar daun kelor 5% dan wortel 30%, hal ini disebabkan tekstur dari bakso lebih kenyal dibandingkan pada penambahan wortel 40%. Hasil perhitungan tentang rasa bakso, panelis lebih menyukai rasa bakso produk  $K_2W_2$  yaitu kadar daun kelor 5% dan wortel 40%, hal ini disebabkan penambahan daun kelor yang tinggi menjadikan rasa bakso menjadi lebih terasa daun kelornya dibanding ikan gabus sehingga tidak terasa gurih.

3. Zat gizi yang terkandung dalam bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel sesuai hasil uji proksimat di Balai Besar Laboratorium Kesehatan Makassar, dengan formula bakso dari ikan gabus yaitu  $K_2W_2$  dengan substitusi daun kelor 5% dan wortel 40% diperoleh hasil pemeriksaan yaitu mengandung protein 6,86%, serat 0,33%, lemak 0,058% dan kadar air 82,31% per 100 gramnya.
4. Secara umum, tidak ada perbedaan kualitas bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel.

#### B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tentang inovasi bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor dan wortel berkadar (5% dan 10%) daun kelor dan (30% dan 40%) wortel yang ditinjau dari aspek warna, aroma, tekstur dan rasa diperoleh hasil sebagai berikut.

Produk  $K_1W_1$  warnanya hijau lebih tua dengan sedikit warna orange. Produk  $K_1W_2$  warnanya tidak se hijau dari produk pertama dan warna orange yang lebih banyak. Produk  $K_2W_1$  berwarna putih kehijau-hijauan dengan sedikit warna orange. Dan produk  $K_2W_2$  warnanya mendekati putih keabu-abuan dengan warna orange yang lebih banyak. Dari hasil uji hedonik, produk yang paling disukai warnanya oleh panelis adalah formulasi produk  $K_2W_2$ . Hasil perhitungan terkait warna bakso ikan gabus diperoleh produk  $K_2W_2$  (daun kelor 5% dan wortel 40%) yang disukai oleh banyak panelis yaitu warnanya mendekati putih keabu-abuan dengan warna orange yang lebih banyak. Kadar daun kelor 10% yang lebih banyak dalam penambahan bakso cenderung memiliki warna yang lebih hijau seperti lumut sehingga panelis kurang menyukainya. Hal ini sesuai dengan pendapat Bambang Kartika (1988: 61), fungsi dari warna pada suatu makanan sangat penting, karena dapat mempengaruhi selera konsumen dan dapat membangkitkan selera makan.

Produk  $K_1W_1$  aroma daun kelor lebih tajam daripada aromanya. Produk  $K_1W_2$  aroma daun kelor dan wortel menyatu dan lebih mendominasi aromanya daripada aroma ikan. Produk  $K_2W_1$  aroma daun kelor dan wortel menyatu daripada aroma ikan. Dan produk  $K_2W_2$  aroma khas bakso ikan dengan aroma wortel menyatu. Dari hasil uji hedonik, produk yang paling disukai aromanya oleh panelis adalah formulasi produk  $K_2W_2$ . Hasil perhitungan tentang perbedaan aroma bakso ikan gabus diperoleh keterangan terdapat perbedaan yang signifikan antara bakso ikan gabus dengan produk  $K_1W_1$ ,  $K_1W_2$ , dan  $K_2W_1$  panelis lebih menyukai bakso dengan kadar daun kelor 5% dan wortel 40%, hal ini disebabkan tingkat daun kelor yang tinggi menyebabkan aroma khas bakso menjadi hilang. Menurut Bambang Kartika (1988: 10) aroma yaitu bau yang sukar diukur sehingga biasanya menimbulkan pendapat yang berlainan dalam menilai kualitas aromanya. Perbedaan pendapat disebabkan tiap orang memiliki perbedaan penciuman, meskipun mereka dapat membedakan aroma namun setiap orang mempunyai kesukaan yang berlainan.

Produk  $K_1W_1$  tekstur kurang kenyal dan agak licin dikarenakan pengaruh penambahan daun kelor sebesar 10%. Produk  $K_1W_2$  teksturnya agak kenyal dan mudah hancur dikarenakan penambahan wortel sebesar 40%, produk  $K_2W_1$

teksturnya lebih kenyal dan tidak mudah hancur dan produk  $K_2W_2$  teksturnya lebih mudah hancur dikarenakan penambahan wortel sebesar 40%. Namun, dari hasil uji hedonik produk yang paling disukai teksturnya oleh panelis adalah formulasi produk  $K_2W_1$ . Hasil perhitungan mengenai tekstur bakso ikan gabus diperoleh perbedaan yang signifikan antara bakso ikan gabus dengan kadar bahan tambahan, responden lebih menyukai produk  $K_2W_1$  (daun kelor 5% dan wortel 30%), hal ini disebabkan tekstur dari bakso lebih kenyal dibandingkan pada penambahan wortel 40%.

Produk  $K_1W_1$  penambahan daun kelor yang tinggi menjadikan daun kelornya lebih terasa dibanding dengan ikan gabus sehingga tidak terasa gurih. Produk  $K_1W_2$  daun kelornya juga lebih terasa, produk  $K_2W_1$  rasanya gurih dan produk  $K_2W_2$  dengan penambahan wortel 40% menghasilkan rasa yang lebih gurih dibanding yang lainnya. Namun, dari hasil uji hedonik produk yang paling disukai rasanya oleh panelis adalah formulasi produk  $K_2W_2$ . Hasil perhitungan mengenai rasa bakso ikan gabus, hasil penelitian ini panelis lebih menyukai rasa bakso produk  $K_2W_2$  (daun kelor 5% dan wortel 40%).

Hasil uji proksimat di Balai Besar Laboratorium Kesehatan Makassar, ada empat parameter yang dilakukan pemeriksaan yaitu protein, serat, lemak dan kadar air. Formula bakso dari ikan gabus dengan substitusi daun kelor 5% dan wortel 40% diperoleh hasil pemeriksaan mengandung protein 6,86%, serat 0,33%, lemak 0,058% dan kadar air 82,31% per 100 gramnya.

Nilai signifikansi untuk  $K_1W_1$  dan  $K_2W_1$  yaitu 0,002 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan tekstur bakso yang signifikan antara bakso yang diberikan jumlah daun kelor dengan kadar 10% dan jumlah wortel dengan kadar 30% dengan bakso yang diberikan jumlah daun kelor dengan kadar 5% dan jumlah wortel dengan kadar 30%.

Nilai signifikansi untuk  $K_1W_1$  dan  $K_2W_1$  yaitu 0,025 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan rasa bakso yang signifikan antara bakso yang diberikan jumlah daun kelor dengan kadar 10% dan jumlah wortel dengan kadar 30% dengan bakso yang diberikan jumlah daun kelor dengan kadar 5% dan jumlah wortel dengan kadar 30%.

Nilai signifikansi untuk  $K_1W_1$  dan  $K_2W_2$  yaitu 0,005 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan rasa bakso yang signifikan antara bakso yang diberikan jumlah daun kelor dengan kadar 10% dan jumlah wortel dengan kadar 30% dengan bakso yang diberikan jumlah daun kelor dengan kadar 5% dan jumlah wortel dengan kadar 40%.