

SUBSITUSI EKSTRAK SAYUR PAKCOY PADA PEMBUATAN PUTU AYU

Puja Rama Sari

Akademi Pariwisata Bunda

pujaramasari19@gmail.com

Yulia Mandasari

Akademi Pariwisata Bunda

yuliamandasari@akparbundapadang.ac.id

Rasyidin Rasyid

Akademi Pariwisata Bunda

rasyidinrasyid@akparbundapadang.ac.id

ABSTRACT

This research was motivated by the absence of a pastry industry that makes putu ayu cakes with the addition of pakcoy vegetable extract, therefore the author conducted research on the addition of pakcoy vegetable extracts in making putu ayu cakes, in order to obtain nutritional value for the children who consume them. The research method used is the experimental method. The data collection techniques used are documentation studies, questionnaires and literature studies. This research was assessed by panelists regarding the substitution of pak choy vegetable extract in making putu ayu cake. The results of this research show that with the addition of 50% pak choy vegetable extract, the aroma quality of the pak choy is very strong, the color quality is quite green, the quality of the sweet taste is very sweet, the quality of the pak choy tastes and tastes quite pak choy, and the quality of the softness of the putu ayu is soft. Meanwhile, with the addition of 70% pak choy vegetable extract, it can be concluded that the aroma quality of pak choy is that it smells like pak choy, the color quality is quite green, the quality of the sweet taste is sweet, the quality of the pak choy tastes pak choy, and the softness quality of the putu ayu is soft.

Keywords: *Pakcoy Vegetable Extract, Putu Ayu Cake*

Corresponding Author: pujaramasari19@gmail.com

A. PENDAHULUAN

Kuliner adalah salah satu elemennya budaya dan menunjukkan adanya hubungan sosial. Kuliner merupakan ragam masakan yang dimasak dengan berbagai macam cara dan varian bentuk serta rasa yang dijadikan sebagai unsur budaya dalam menunjukkan hubungan sosial. Kuliner terdiri dari berbagai macam jenis yaitu kuliner modern dan kuliner tradisional. Kuliner modern merupakan kuliner yang memiliki daya pikat yang sangat kuat terhadap banyak orang dikarenakan lebih praktis, cepat dalam penyajiannya (instant), dan mengandung gengsi bagi sebagian golongan masyarakat.

Kuliner modern ini dikenal juga dengan makanan modern. Dari sudut pandang yang berbeda, kuliner atau makanan modern ini jika dibandingkan dengan kuliner tradisional, kuliner modern mengandung zat lemak, protein, hidrat arang dan garam yang relative tinggi dan jika sering dikonsumsi secara berkesinambungan dan berlebihan dapat mengakibatkan masalah gizi lebih (over malnutrition) (Irianto, 2007). Jadi, kuliner modern ini merupakan kuliner atau makanan cepat saji yang disajikan dengan cepat dan menarik serta memiliki cita rasa yang menggurikan dan mengandung beragam zat yang terdapat dalam bahan makana tersebut jika dikonsumsi berlebihan akan menimbulkan masalah kesehatan, jenis dari makanan dan minuman modern seperti chiken katsu rice, lobster sauce tiram, corn dog mozzarella, waffle, roti kukus, tokoyaki, thai tea, lemon tea, chatime, alpukat kocok.

Kuliner tradisional disebut juga dengan kuliner lokal yaitu jenis makanan yang berkaitan erat dengan suatu daerah dan diwariskan dari generasi ke generasi sebagai bagian dari tradisi (Jordana, 2000 dalam Tyas, 2017). Sedangkan menurut Guerrero (2009) dalam Tyas (2017) bahwa “kuliner tradisional atau kuliner lokal merupakan produk makanan yang sering dikonsumsi oleh suatu kelompok masyarakat atau dihidangkan dalam perayaan dan waktu tertentu, diwariskan dari generasi ke generasi, dibuat sesuai dengan resep secara turun-temurun, dibuat tanpa atau dengan sedikit rekayasa, dan memiliki karakteristik tertentu yang membedakannya dengan kuliner daerah lain”. Dapat dikatakan bahwa kuliner tradisional merupakan kuliner atau makanan yang dibuat secara tradisional dengan resep secara turun temurun dan dilestarikan dari satu generasi ke generasi selanjutnya.

Berkembangnya zaman dan perkembangan teknologi, dalam hal pengaksesan informasi mengenai kuliner semakin mudah, dalam

kemajuan dan perkembangan pada variasi kuliner. Zaman sekarang ini semua orang lebih dominan untuk memilih dan menikmati kuliner yang sedang populer, enak, unik, dan cepat saji, perkembangan kuliner di Indonesia sekarang ini berkembang dengan sangat pesat. Banyak kuliner modern yang masuk dan bersaing dengan kuliner tradisional. Sikap masyarakat yang sangat terbuka akan adanya perubahan budaya, sehingga hal tersebut menyebabkan pengaruh besar terhadap daya saing kuliner tradisional dengan kuliner modern.

Persaingan kuliner tradisional juga tidak kalah menarik dengan kuliner modern pada saat ini. Banyak kuliner tradisional yang telah diperbaharui menjadi lebih menarik, bervariasi pada penyajian dan rasa. Kuliner tradisional biasanya hanya ditemukan dipasar dan toko kue tradisional, namun pada saat ini sudah banyak ditemukan pada restoran dan hotel. Jenis-jenis dari makanan dan minuman tradisional seperti mie aceh, rendang, papeda, klepon, nagasari, kue talam, serabi, wedang jahe, cendol, bandrek, dan putu ayu. Salah satu kuliner tradisional yang ditemukan di pasar, toko kue, restoran, dan hotel yaitu Putu Ayu.

Putu Ayu berasal dari Jawa Tengah, Putu Ayu merupakan jajan pasar yang mudah di jumpai dimanapun. Putu Ayu tidak hanya dapat ditemui di daerah Jawa Tengah saja, akan tetapi Putu Ayu ini sudah tersebar di seluruh wilayah di Indonesia, salah satunya di kota Padang. Putu Ayu berasal dari nama Ayu dimana merupakan bahasa dari Jawa yang artinya cantik. Putu Ayu merupakan jenis kue basah yang banyak diminati oleh masyarakat diseluruh kalangan. Menurut Abit Nurhada (2017), kue Putu Ayu merupakan salah satu jajanan atau cemilan ringan yang bernuansa tradisional yang terdapat didalamnya ciri khas daun pandan berwarna hijau yang diberi parutan putih kelapa muda. Meskipun dari bahan yang sederhana cita rasa dari kue Putu Ayu tak kalah enak dari jajanan dan cemilan ringan lainnya.

Kue Putu Ayu yang tradisional pada umumnya berbahan dasar tepung terigu, santan, dan daun pandan. Walaupun hanya menggunakan bahan-bahan yang sederhana, cita rasa kue Putu Ayu tidak kalah enak dengan makanan modern. Hal tersebut dibuktikan dengan masih dilestarikannya kue Putu Ayu hingga saat sekarang ini. Kue Putu Ayu belum pernah mengalami perubahan dari zaman ke zaman belum ada pelaku usaha industri berinovasi pada kue Putu Ayu. Dipasaran hanya memiliki satu rasa yaitu rasa pandan, namun belum adanya pelaku usaha industri yang berinovasi dengan penambahan ekstrak sayuran.

Ekstrak sayuran adalah suatu proses pemisahan kandungan kimia atau cairan yang terdapat pada daun atau pun batang sayuran, sehingga menghasilkan cairan sayuran yang pekat. Jenis-jenis sayuran yang bisa diekstrak seperti wortel, bayam merah, sawi hijau, pare, dan pakcoy. Salah satu ekstrak sayuran yang bisa diinovasikan dengan Putu Ayu adalah ekstrak sayur pakcoy.

Pakcoy adalah (*Brassica rapa* L.) tanaman jenis sayur-sayuran yang termasuk dalam keluarga Brassicaceae. Pakcoy bukanlah tanaman asli Indonesia, melainkan berasal dari China dan telah dibudidayakan secara luas setelah abad ke-5 di China Selatan dan China Pusat serta Taiwan. Sekilas pakcoy mirip dengan sawi, akan tetapi jika dibandingkan dengan sawi, pakcoy memiliki daun yang lebih tebal, lebar, dan gemuk. Menurut Prasetyo (2010) cit. Perwtasari et.al. (2012), kandungan betakaroten pada pakcoy dapat mencegah penyakit katarak. Selain itu juga mengandung betakaroten yang tinggi, pakcoy juga mengandung banyak gizi diantaranya protein, lemak nabati, karbohidrat, serat, kalsium, magnesium, sodium, vitamin A, dan vitamin B.

Berdasarkan temuan yang penulis temui bahwa belum terdapatnya variasi pada kue Putu Ayu. Kue Putu Ayu yang penulis temui dipasaran hanya memiliki satu warna dan satu rasa yaitu memiliki rasa pandan dan berwarna hijau, hijau pada kue Putu Ayu yang ditemukan dipasaran tidak sama rata ada yang hijau lembut dan ada yang hijau tua karna penggunaan pasta pandan yang berlebihan. Pasta pandan yang digunakan pada kue Putu Ayu yang terdapat dipasaran tidak menggunakan rasa pandan asli atau alami, pasta pandan yang digunakan oleh pelaku industri banyak menggunakan pasta pandan instan karna lebih praktis sehingga rasa khas dari daun pandan tidak ada, yang ada rasa panda dari pasta yang sudah instan. Sejauh ini variasi pada kue Putu Ayu belum ada yang melakukannya. Salah satu dari variasi yang bisa ditambahkan pada kue Putu Ayu yaitu menambahkan ekstrak sayur pakcoy kedalam adonan kue Putu Ayu. Ekstrak sayur pakcoy yang digunakan berfungsi sebagai pewarna alami dan perasa pada kue Putu Ayu. Rasa yang dimiliki yaitu rasa sayur pakcoy. Penambahan ekstrak sayur pakcoy dinilai sebagai alternative makanan tambahan bagi anak-anak yang tidak suka sayur, sehingga dengan adanya inovasi tersebut anak-anak bisa memakan sayur dengan dicampurkan ke dalam kue Putu Ayu. Penambahan ekstrak sayur pakcoy juga mendapatkan nilai gizi bagi anak-anak yang mengkonsumsinya. Penelitian ini bertujuan untuk 1) untuk mengetahui pengaruh penambahan ekstrak sayur pakcoy terhadap

kue putu putu 2) melihat pengaruh penambahan ekstrak sayur pakcoy terhadap kue putu ayu 3) memanfaatkan sayur sebagai pengurangan penggunaan santan 4) melakukan inovasi baru terhadap produk pangan 5) merubah kualitas putu ayu dari segi warna, aroma dan rasa pada putu ayu.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Menurut Sugiyono (2006:6) bahwa “Metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari Treatment (perlakuan) tertentu”. Metode ini disebut juga dengan percobaan, suatu tindakan dan pengamatan yang dilakukan untuk mengecek dan mengenali sebab dari suatu gejala yang akan diuji apakah sebab tersebut mempengaruhi akibat. Uji hedonik merupakan sebuah pengujian dalam analisa sensori organoleptik yang digunakan untuk mengetahui besarnya perbedaan kualitas diantara beberapa produk sejenis dengan memberikan penilaian atau skor terhadap sifat tertentu (warna, rasa, tekstur, aroma) dari suatu produk dan untuk mengetahui tingkat kesukaan dari suatu produk.

Prinsip uji hedonik yaitu panelis diminta tanggapan pribadinya tentang kesukaan atau ketidaksukaannya terhadap komoditi yang dinilai, bahkan tanggapan dengan tingkatan kesukaan atau tingkatan ketidaksukaannya dalam bentuk skala hedonik. Pengujian tingkat kesukaan pada penelitian ini menggunakan panelis terlatih sebanyak 2 orang terhadap parameter uji hedonik meliputi warna, aroma, rasa, dan tekstur di nilai dengan skala hedonik. Skala nilai yang dapat diberikan panelis untuk menilai kue putu ayu yaitu 1 (sangat tidak suka), 2 (tidak suka), 4 (suka) dan 5 (sangat suka). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan dokumentasi, angket dan studi pustaka. Jumlah panelis yang dilibatkan sebanyak 15 orang yang mengacu pada ASTM (American Standar Testing Material).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian membuat putu ayu dengan penambahan bahan ekstrak pakcoy dilakukan dengan cara eksperimen. Pada eksperimen ini sayur pakcoy telah dihaluskan dan diambil sarinya lalu ditambahkan pada formula dasar pembuatan putu ayu. Bahan dan langkah kerja yang dilakukan pada setiap takaran tambahan adalah sama. Temuan ini diperoleh dari hasil uji organoleptic terhadap kualitas makanan yang

menggunakan indera penglihatan, indera penciuman, indera pengecap, dan indera peraba terhadap kualitas aroma, warna, rasa, dan tekstur. Hasil ini dapat dilihat pada hasil produk oleh putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy.

Penelitian kue putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy terlihat bahwa adanya perbandingan kualitas dalam tiap ukuran baik dari segi aroma, warna, rasa, dan tekstur. Adapun deskripsi data yang diperoleh dari 17 orang panelis yaitu 2 orang ahli dibidang makanan dan pastry, 15 orang panelis konsumen melalui uji organoleptik adalah sebagai berikut:

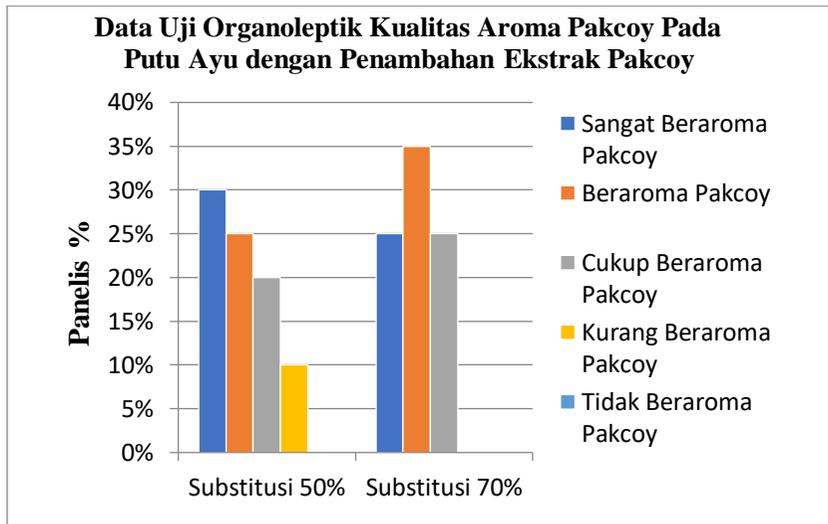
1. Hasil penelitian terhadap kualitas aroma pakcoy pada putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy.

Tabel 1. Kualitas Aroma Pakcoy Pada Putu Ayu dengan Penambahan Ekstrak Pakcoy

Kualitas	Deskripsi	50% Pakcoy		70% Pakcoy	
		P	%	P	%
Aroma	Sangat Beraroma Pakcoy	6	30%	5	25%
	Beraroma Pakcoy	5	25%	7	35%
	Cukup Bararoma Pakcoy	4	20%	5	25%
	Kurang Beraroma Pakcoy	2	10%	0	0%
	Tidak Beraroma Pakcoy	0	0%	0	0%
Jumlah		17	85%	17	85%

Berdasarkan tabel 1 kualitas aroma pakcoy pada putu ayu dengan penambahan 50% ekstrak pakcoy menunjukkan 6 panelis dengan presentase 30% berpendapat kualitas aromanya yaitu sangat beraroma pakcoy, 5 panelis dengan presentase 25% berpendapat kualitas aromanya yaitu beraroma pakcoy, 4 panelis dengan presentase 20% berpendapat kualitas aromanya yaitu cukup beraroma pakcoy, dan 2 panelis dengan presentase 10% berpendapat kualitas aromanya yaitu kurang beraroma pakcoy.

Sedangkan kualitas aroma pakcoy pada putu ayu dengan penambahan 70% ekstrak pakcoy menunjukkan 5 panelis dengan presentase 25% berpendapat kualitas aromanya yaitu sangat beraroma pakcoy, 7 panelis dengan presentase 35% berpendapat kualitas aromanya yaitu beraroma pakcoy, dan 5 panelis dengan presentase 20% berpendapat kualitas aromanya yaitu cukup beraroma pakcoy. Untuk lebih jelasnya hasil kualitas aroma pakcoy pada putu ayu dapat dilihat pada gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Aroma
 Sumber: Data Penulis (Agustus 2023)

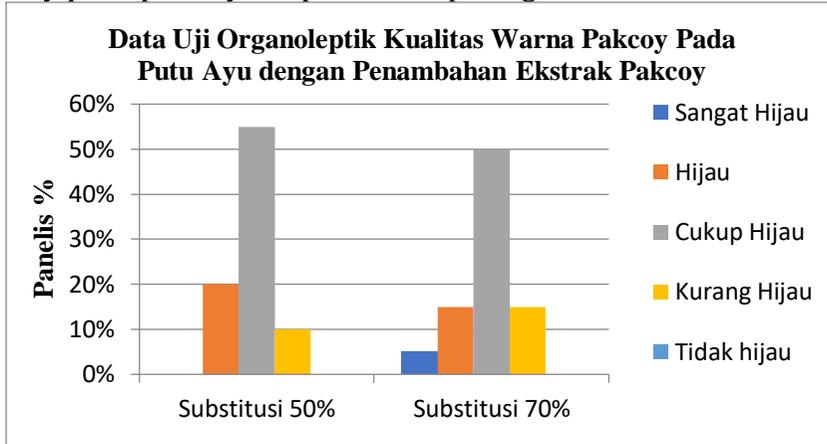
2. Hasil penelitian terhadap kualitas warna pakcoy pada putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy.

Table 2. Kualitas Warna Pakcoy Pada Putu Ayu dengan Penambahan Ekstrak Pakcoy

Kualitas	Deskripsi	50% Pakcoy		70% Pakcoy	
		P	%	P	%
Warna	Sangat Hijau	0	0%	1	5%
	Hijau	4	20%	3	15%
	Cukup Hijau	11	55%	10	50%
	Kurang Hijau	2	10%	3	15%
	Tidak Hijau	0	0%	0	0%
Jumlah		17	85%	17	85%

Berdasarkan tabel 2 kualitas warna pakcoy pada putu ayu dengan penambahan 50% ekstrak pakcoy menunjukkan 4 panelis dengan presentase 20% berpendapat kualitas warnanya yaitu berwarna hijau, 11 panelis dengan presentase 55% berpendapat kualitas warnanya yaitu cukup hijau, dan 2 panelis dengan presentase 10% berpendapat kualitas warnanya yaitu kurang hijau. Sedangkan kualitas warna pakcoy pada putu ayu dengan penambahan 70% ekstrak pakcoy menunjukkan 1 panelis dengan presentase 5% berpendapat kualitas warnanya yaitu sangat hijau, 3 panelis dengan presentase

15% berpendapat kualitas warnanya yaitu berwarna hijau, 10 panelis dengan presentase 50% berpendapat kualitas warnanya yaitu cukup hijau, dan 3 panelis dengan presentase 15% berpendapat kualitas warnanya yaitu kurang hijau. Untuk lebih jelasnya hasil kualitas warna pakcoy pada putu ayu dapat dilihat pada gambar 2 di bawah ini.



Gambar 2. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Warna
Sumber: Data Penulis (Agustus 2023)

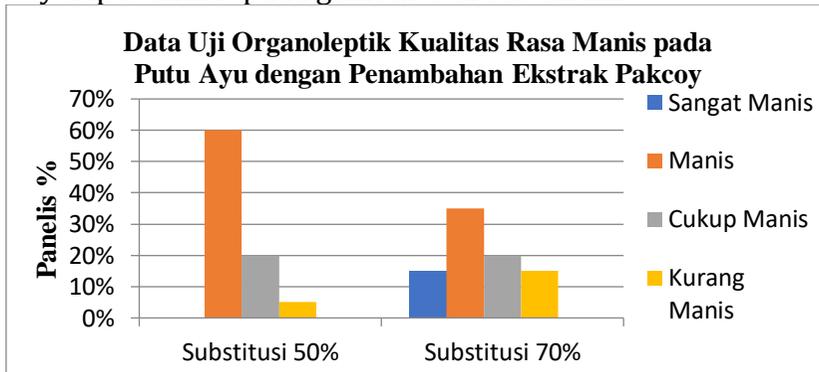
3. Hasil penelitian terhadap kualitas rasa pada putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy.

Table 3. Kualitas Rasa Manis Pada Putu Ayu dengan Penambahan Ekstrak Pakcoy

Kualitas	Deskripsi	50% Pakcoy		70% Pakcoy	
		P	%	P	%
Rasa	Sangat Manis	0	0%	3	15%
	Manis	12	60%	7	35%
	Cukup Manis	4	20%	4	20%
	Kurang Manis	1	5%	3	15%
	Tidak Manis	0	0%	0	0%
Jumlah		17	85%	17	85%

Berdasarkan tabel 3 kualitas rasa manis pada putu ayu dengan penambahan 50% ekstrak pakcoy menunjukkan 12 panelis dengan presentase 60% berpendapat kualitas rasa manisnya yaitu berasa manis, 4 panelis dengan presentase 20% berpendapat kualitas rasanya yaitu cukup hijau, dan 1 panelis dengan presentase 5% berpendapat kualitas rasanya yaitu kurang manis.

Sedangkan kualitas warna pakcoy pada putu ayu dengan penambahan 70% ekstrak pakcoy menunjukkan 3 panelis dengan presentase 15% berpendapat kualitas rasanya yaitu sangat manis, 7 panelis dengan presentase 35% berpendapat kualitas rasanya yaitu berasa manis, 4 panelis dengan presentase 20% berpendapat kualitas rasanya yaitu cukup manis, dan 3 panelis dengan presentase 15% berpendapat kualitas rasanya yaitu kurang manis. Untuk lebih jelasnya hasil kualitas rasa manis pada putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy dapat dilihat pada gambar 3 di bawah ini.



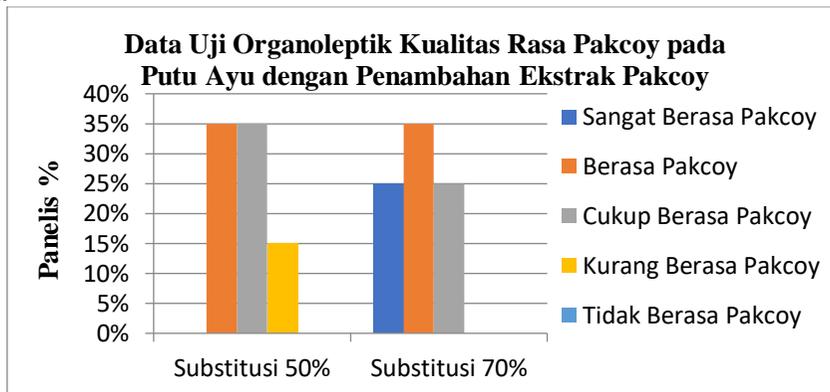
Gambar 3. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Rasa Manis
 Sumber: Data Penulis (Agustus 2023)

Table 4. Kualitas Rasa Pakcoy Pada Putu Ayu Dengan Penambahan Ekstrak Pakcoy

Kualitas	Deskripsi	50% Pakcoy		70% Pakcoy	
		P	%	P	%
Aroma	Sangat Berasa Pakcoy	0	0%	5	25%
	Berasa Pakcoy	7	35%	7	35%
	Cukup Barasa Pakcoy	7	35%	5	25%
	Kurang Berasa Pakcoy	3	15%	0	0%
	Tidak Berasa Pakcoy	0	0%	0	0%
Jumlah		17	85%	17	85%

Berdasarkan tabel 4 kualitas rasa pakcoy pada putu ayu dengan penambahan 50% ekstrak pakcoy menunjukkan 7 panelis dengan presentase 35% berpendapat kualitas rasa pakcoynya yaitu berasa pakcoy, 7 panelis dengan presentase 35% berpendapat kualitas rasa pakcoynya yaitu cukup berasa pakcoy, dan 3 panelis dengan presentase 15% berpendapat kualitas rasa pakcoynya yaitu kurang berasa pakcoy.

Sedangkan kualitas rasa pakcoy pada putu ayu dengan penambahan 70% ekstrak pakcoy menunjukkan 5 panelis dengan presentase 25% berpendapat kualitas rasa pakcoynya yaitu sangat berasa pakcoy, 7 panelis dengan presentase 35% berpendapat kualitas rasa pakcoynya yaitu berasa pakcoy, dan 5 panelis dengan presentase 25% berpendapat kualitas rasa pakcoynya yaitu cukup berasa pakcoy. Untuk lebih jelasnya hasil kualitas rasa pakcoy pada putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy dapat dilihat pada gambar 4 di bawah ini.



Gambar 4. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Rasa Pakcoy
Sumber: Data Penulis (Agustus 2023)

4. Hasil penelitian terhadap kualitas tekstur lembut pada putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy.

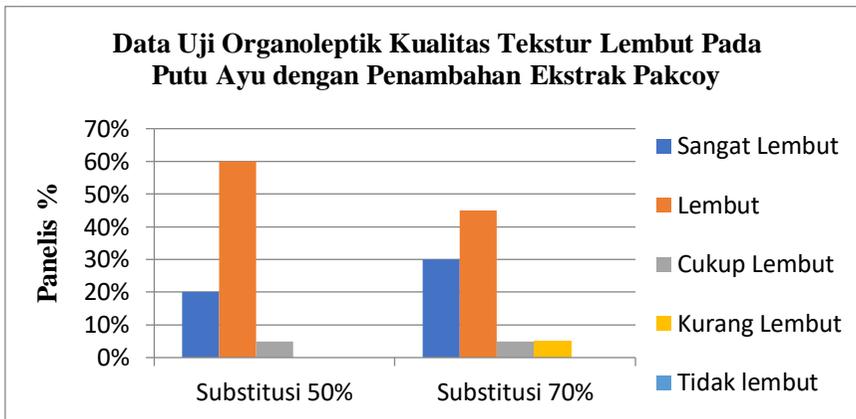
Table 5. Kualitas Tekstur Lembut Pada Putu Ayu dengan Penambahan Ekstrak Pakcoy

Kualitas	Deskripsi	50% Pakcoy		70% Pakcoy	
		P	%	P	%
Tekstur Lembut	Sangat Lembut	4	20%	6	30%
	Lembut	12	60%	9	45%
	Cukup Lembut	1	5%	1	5%
	Kurang Lembut	0	0%	1	5%
	Tidak Lembut	0	0%	0	0%
Jumlah		17	85%	17	85%

Berdasarkan tabel 5 kualitas tekstur lembut pada putu ayu dengan penambahan 50% ekstrak pakcoy menunjukkan 4 panelis dengan presentase 20% berpendapat kualitas teksturnya yaitu sangat lembut, 12 panelis dengan presentase 60% berpendapat kualitas teksturnya

yaitu lembut, dan 1 panelis dengan presentase 5% berpendapat kualitas teksturnya yaitu cukup lembut.

Sedangkan kualitas tekstur lembut pada putu ayu dengan penambahan 70% ekstrak pakcoy menunjukkan 6 panelis dengan presentase 30% berpendapat kualitas teksturnya yaitu sangat lembut, 9 panelis dengan presentase 45% berpendapat kualitas teksturnya yaitu lembut, 1 panelis dengan presentase 5% berpendapat kualitas teksturnya yaitu cukup lembut, dan 1 panelis dengan presentase 5% berpendapat kualitas teksturnya yaitu kurang lembut. Untuk lebih jelasnya hasil kualitas tekstur lembut pada putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy dapat dilihat pada gambar 5 di bawah ini.



Gambar 5. Grafik Deskripsi Data Uji Organoleptik Tekstur Lembut
Sumber: Data Penulis (Agustus 2023)

D. KESIMPULAN

Penelitian ini putu ayu dibuat dengan melakukan penambahan ekstrak pakcoy yang dihaluskan yang penulis buat sendiri dengan beberapa proses yaitu pemetikan, pembersihan, penghalusan, penyaringan sari pakcoy, dan pembuatan putu ayu dengan tambahan ekstrak pakcoy. Berdasarkan penelitian yang dilakukan dan dilanjutkan dengan uji organoleptic dan analisis data dapat disimpulkan bahwa proses pembuatan putu ayu dengan penambahan ekstrak pakcoy sama dengan pembuatan putu ayu pada umumnya, hanya saja bedanya yaitu pada bahan dasar yang telah diganti dengan ekstrak pakcoy. Berdasarkan uji organoleptic dengan penambahan 50% ekstrak pakcoy dapat disimpulkan bahwa kualitas aroma pakcoy sangat kuat dengan presentase 30%, kualitas warna cukup hijau dengan presentase 55%,

kualitas rasa manis sangat manis dengan presentase 60%, kualitas rasa pakcoy yang berasa dan cukup berasa pakcoy dengan presentase 35%, dan kualitas kelembutan putu ayu yaitu lembut dengan presentase 60%. Sedangkan berdasarkan uji organoleptic dengan penambahan 70% ekstrak pakcoy dapat disimpulkan bahwa kualitas aroma pakcoy yaitu beraroma pakcoy dengan presentase 35%, kualitas warna cukup hijau dengan presentase 50%, kualitas rasa manis yaitu berasa manis dengan presentase 35%, kualitas rasa pakcoy yang berasa pakcoy dengan presentase 35%, dan kualitas kelembutan putu ayu yaitu lembut dengan presentase 45%.

DAFTAR PUSTAKA

- Irianto, K. (2007). *Panduan Gizi Lengkap: Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Tyas, A. S. P. (2017). *Identifikasi kuliner local Indonesia dalam pembelajaran bahasa Inggris*. Jurnal Pariwisata Terapan, 1(1), 1-14. Diakses dari <https://jurnal.ugm.ac.id>.
- Abid Nurhuda, (2021). *Kue Putu Ayu Lestarikan Kuliner Terdahulu*. Sukoharjo.
- Prasetyo, A. (2010). *Kubis Tiongkok alias pakcoy*. Diakses dari <https://repository.uir.ac.id>.
- Tyas, A. S. P. (2017). *Identifikasi Kuliner Lokal Indonesia dalam Pembelajaran Bahasa Inggris*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung.