

Inovasi Cold Cheesecake Berbahan Whey Protein & Granola

Rheisy Indriani Wiryanto

Telkom University

Kota Bandung

rheisyaindriani@gmail.com

Abstrak — Whey Protein adalah protein yang berasal dari susu sapi dan diekstrak selama proses pembuatan keju. Untuk menambahkan massa otot biasanya menggunakan protein sejenis ini. Sering kali dicampurkan dengan Shake atau Smoothie yang biasanya disukai oleh olahragawan dan atlet. Granola adalah makanan yang terbuat dari kombinasi bahan-bahan seperti oats (gandum utuh), kacang-kacangan, biji-bijian, buah kering, dan pemanis alami seperti madu atau sirup maple. Untuk menghasilkan tekstur renyah dan warna keemasan granola melalui proses pemanggangan. Makanan ini banyak disukai sebagai pilihan sarapan yang sehat, camilan, atau dapat juga ditambahkan ke dalam yogurt atau smoothie bowl. Sehingga Penulis akan membuat inovasi dengan menambahkan whip cream, cream cheese, granola dan gula halus supaya Whey Protein dapat lebih diminati kalangan umum dan juga memiliki tekstur yang bisa diterima oleh semua kalangan. Kue dadar gulung merupakan kue tradisional asli asal Indonesia yang tersebar di banyaknya penjuru dalam negeri. Bahan utama yang terdapat dalam olahan kue dadar gulung ini adalah tepung terigu dan isian yang terdapat didalamnya yaitu kelapa parut dengan gula merah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui formulasi dan resep dari formulasi kue dadar gulung tradisional menggunakan tepung arrowroot sebagai alternatif tepung terigu dan bunga telang sebagai pewarna alami, serta menganalisis karakteristik yang meliputi rasa, aroma, penampilan dan tekstur. Metode yang digunakan dalam analisis penulis metode kuantitatif dan pengembangan resep dengan membagikan kuisioner berbentuk *Google Form* sebanyak 37 panelis. Hasil penelitian menunjukkan bahwasanya produk inovasi kue dadar gulung berbasis tepung arrowroot dan bunga telang dapat diterima dengan baik di kalangan masyarakat.

Kata kunci— *Whey Protein, Granola, Whip Cream, Cream Cheeset.*

I. PENDAHULUAN

Perubahan tren konsumsi masyarakat saat ini menunjukkan bahwa minat terhadap produk pangan tidak hanya berfokus pada rasa, tetapi juga pada manfaat kesehatannya. Kesadaran akan pentingnya menjalani pola hidup sehat membuat konsumen menjadi lebih cermat dalam memilih jenis makanan, termasuk dalam memilih hidangan penutup atau dessert. Penelitian terbaru tentang pastry dan bakery sehat pada generasi Z di Indonesia menunjukkan bahwa konsumen kini semakin mencari produk yang rendah gula, tinggi serat, lebih rendah kalori dan lemak, namun tetap enak dan menarik secara sensoris (Luthfi et al., 2025).

Salah satu dessert yang cukup populer adalah cheesecake, yang terkenal dengan teksturnya yang lembut dan rasa yang kaya. Secara teknologis, cheesecake dikategorikan sebagai kue berbasis keju dengan bahan utama cream cheese, telur, gula, tepung, dan krim, yang diolah dengan pemanggangan atau teknik *au bain marie* untuk menghasilkan tekstur lembut dan creamy (Sijan & Masi, 2024). Namun demikian, cheesecake pada umumnya mengandung kadar lemak dan gula yang tinggi serta rendah protein, sehingga kurang cocok bagi individu yang memperhatikan keseimbangan nutrisi dalam pola makannya.

Pengembangan inovatif dalam bidang produk pangan menjadi hal yang penting guna menjawab kebutuhan dan tantangan konsumen masa kini. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa inovasi cheesecake banyak dilakukan melalui modifikasi bahan baku, misalnya penggunaan ubi jalar kuning sebagai bahan lokal bernilai ekonomi maupun penggantian tepung terigu dengan tepung kacang panjang untuk menghasilkan cheesecake gluten free yang lebih sehat namun tetap dapat diterima panelis secara sensoris (Sijan & Masi, 2024; Yuliantoro., 2019).

Perpaduan antara whey protein dan granola dalam inovasi cold cheesecake tidak hanya memperkaya rasa dan tekstur, tetapi juga meningkatkan nilai gizi dari produk tersebut. Inovasi ini dapat menjadi pilihan dessert yang lebih sehat, cocok bagi konsumen yang menjalani gaya hidup aktif dan memperhatikan kesehatan, seperti atlet, individu yang menerapkan pola makan tinggi protein, maupun masyarakat luas yang berupaya mengurangi konsumsi gula dan lemak jenuh.

Dengan demikian, pengembangan cold cheesecake yang menggunakan whey protein dan granola merupakan strategi yang tepat dalam menghadirkan produk pangan fungsional yang responsif terhadap permintaan pasar dan selaras dengan tren hidup sehat. Inovasi ini diharapkan dapat berkontribusi dalam memperluas variasi produk olahan berbasis susu dan biji-bijian yang memiliki nilai ekonomi dan kandungan gizi yang tinggi.

1.2 Rumusan masalah

1. Bagaimana cara mengembangkan resep/formula yang tepat pada pembuatan cheesecake berbahan whey protein dan granola?

2. Bagaimana daya terima konsumen terhadap produk yang menggunakan whey protein dan granola?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengembangkan resep cheesecake inovatif dengan menggunakan whey protein dan granola yang dapat menghasilkan produk dengan rasa yang enak, tekstur yang lembut, dan kandungan protein yang lebih tinggi.
2. Untuk mengetahui potensi penerimaan pasar terhadap cheesecake berbahan whey protein dan granola, terutama di kalangan konsumen yang tertarik dengan produk makanan sehat.

II. KAJIAN TEORI

A. Dessert

Selain sebagai pelengkap santapan, dessert juga memiliki nilai seni dan estetika tersendiri dalam penyajiannya, menjadikannya tidak hanya nikmat disantap, tetapi juga indah dipandang (Prasetyo & Hermawan., 2025). Oleh karena itu, dalam dunia kuliner, dessert tidak hanya sekadar makanan penutup, melainkan karya seni yang mengakhiri pengalaman makan dengan kesan yang manis dan berkesan.

Cold dessert tidak hanya berfungsi sebagai penutup makan, tetapi juga berperan menyeimbangkan keseluruhan rangkaian menu. Setelah mengonsumsi hidangan utama yang cenderung gurih dan berat, cold dessert membantu memberikan sensasi segar, lembut, dan ringan di mulut. kombinasi suhu yang dingin dengan cita rasa manis, asam, atau bahkan sedikit dapat menghadirkan pengalaman sensoris yang lebih kompleks (Prasetyo & Hermawan., 2025). Oleh karena itu, pemilihan jenis cold dessert biasanya mempertimbangkan komposisi menu sebelumnya, agar rasa yang ditampilkan saling melengkapi, bukan saling mendominasi.

B. Cheesecake

Cheesecake merupakan jenis kue yang biasanya disajikan sebagai hidangan penutup. Kue ini dibuat dari perpaduan bahan-bahan seperti keju, telur, susu, dan gula, sehingga menghasilkan tekstur yang lembut serta cita rasa manis. Jenis keju yang paling sering digunakan dalam pembuatan cheesecake adalah keju krim.

Ada dua perbedaan Cheesecake. Cheesecake panggang dibuat dengan cara dipanggang dalam oven, menggunakan telur sebagai salah satu bahan utamanya, sehingga menghasilkan tekstur yang padat dan cita rasa keju yang lebih dominan. Sebaliknya, cheesecake tanpa panggang (no-bake) tidak memerlukan oven, tidak menggunakan telur, dan hanya didinginkan di lemari es. Hasilnya memiliki tekstur yang lebih lembut dan rasa yang cenderung lebih manis. Proses pembuatan cheesecake panggang memang memakan waktu lebih lama, namun daya simpannya lebih baik, sedangkan cheesecake no-bake lebih cepat disiapkan tetapi lebih rentan terhadap perubahan suhu.

Kajian IASJ (2025) juga mencatat bahwa whey protein telah berhasil diaplikasikan pada berbagai produk cold-set dessert seperti cheesecake dan mousse. Whey menunjukkan kestabilan fungsional yang baik pada kondisi pH rendah serta mampu meningkatkan tekstur lembut dan creamy tanpa memerlukan pemanasan intensif. Kombinasi whey protein dengan granola yang kaya serat, terutama dari oat, berpotensi memberikan efek sinergis terhadap tekstur dan aspek fungsional produk—misalnya mendukung aktivitas imunomodulator dan antioksidan. Di sisi lain, Arzani dkk. (2022) menekankan pentingnya pangan fungsional yang mendukung kesehatan saluran cerna dan status gizi, khususnya pada kelompok rentan.

Menurut Winarno, 2004:215 Granola merupakan produk pangan fungsional yang berasal dari kombinasi biji-bijian (khususnya oat), kacang-kacangan, buah kering, pemanis alami (seperti madu), dan minyak nabati yang kemudian dipanggang hingga garing. Granola pertama kali dikenal di Amerika Serikat pada awal abad ke-20 sebagai makanan kesehatan dan kini telah berkembang menjadi makanan siap saji yang populer di seluruh dunia, termasuk Indonesia.

C. Formulasi Produk Inovasi Cold Cheesecake Berbahan Whey Protein & Granola.

Formulasi cold cheesecake dengan basis whey protein dan granola sebagai pengganti biskuit merupakan strategi untuk memunculkan produk dengan variasi yang baru dalam makanan dengan memanfaatkan whey protein dan granola. Kedua bahan utama tersebut memiliki manfaat dan nilai lebih pada kandungan kedua bahan tersebut. Selain itu, dengan inovasi ini diharapkan dapat berguna bagi masyarakat yang ingin memakan makanan yang sehat rendah gula, dikarenakan kandungan yang terdapat pada whey protein. Dengan adanya inovasi ini dapat manfaat yang baik dan sehat terhadap masyarakat.

III. METODE.

A. Metode penelitian

Metode penelitian yang penulis gunakan untuk menjawab suatu permasalahan agar mencapai tujuan yang dicapai adalah metode pendekatan kuantitatif dengan menyebarkan kuisioner keberbagai panelis sebanyak 37 peserta dengan menjawab atas pertanyaan yang terdapat di Google Form terkait produk inovasi cold cheesecake berbahan whey protein dan granola.

Hair et al. (2019) menyatakan bahwa terdapat beberapa landasan dalam menentukan ukuran minimum sampel suatu penelitian, yaitu sebagai berikut.

1) Jumlah minimal sampel adalah 5 sampai 10 observasi per variabel.

2) Jumlah minimal ukuran sampel dilihat secara absolut adalah 50 observasi. 3) Jumlah sampel harus melebihi jumlah variabel.

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka peneliti akan mengambil ukuran sampel dengan asumsi $n \times 5$ observasi. Penelitian ini akan menggunakan 5 indikator, berarti 5 indikator $\times 5$ observasi sehingga sampel yang akan diambil pada penelitian ini adalah 37 responden.

Jumlah sampel atau partisipan (panelis pencicip) yang dilibatkan sebanyak 37 orang, terdiri dari :

1. 2 orang akademisi

2. 5 orang praktisi industri makanan
3. 25 orang konsumen

B. Instrumen Penelitian

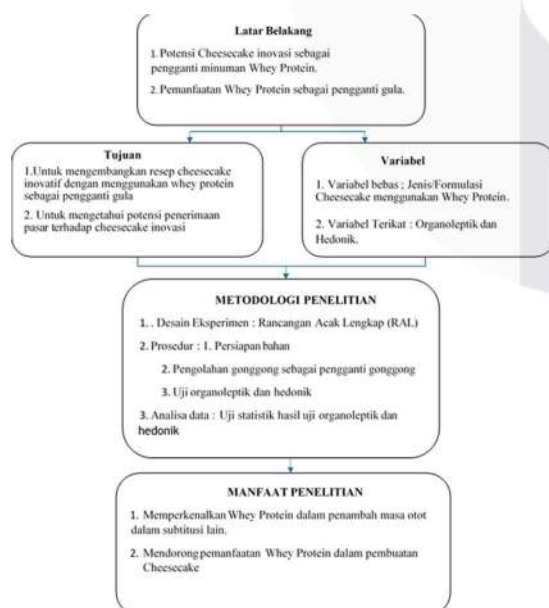
Instrumen Penelitian adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan pendekatan distribusi frekuensi untuk menilai hasil pengujian organoleptik dan hedonik. Data diperoleh dari penilaian panelis terhadap atribut sensori produk, meliputi bentuk, warna, tekstur, rasa, dan aroma, serta aspek kesukaan secara keseluruhan (hedonik).

Data dari kuisioner yang menggunakan skala Likert 1–5 dianalisis dengan menghitung nilai rata-rata (mean) dari setiap atribut yang diuji. Perhitungan mean dilakukan untuk mengetahui nilai tengah dari seluruh skor yang diberikan oleh panelis terhadap masing-masing atribut produk. Perhitungan nilai rata-rata (mean) dilakukan menggunakan rumus berikut (Suryono et al., 2018)

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa cold cheesecake konvensional yang digunakan sebagai produk pembandingan memiliki karakteristik sensori yang sudah disukai panelis, termasuk sebagai dessert tinggi protein. Inovasi formulasi dengan penambahan whey protein dan granola berhasil meningkatkan kandungan protein per porsi tanpa mengurangi penerimaan sensori. Hasil uji organoleptik dan hedonik memperlihatkan bahwa atribut rasa, warna, dan tekstur produk inovasi tetap berada pada kategori disukai dan tidak berbeda signifikan dengan produk original, sedangkan aroma dan tampilan justru menunjukkan perbedaan signifikan dengan nilai rata-rata lebih tinggi pada produk inovasi. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk menghasilkan cold cheesecake tinggi protein yang tetap dapat diterima panelis secara sensori dinyatakan tercapai, sekaligus menunjukkan potensi produk ini sebagai dessert fungsional yang lebih sehat.

A. Gambar



GAMBAR 1
(A)

B. Tabel

Tabel dinomori secara berurutan. Letak penulisannya di atas tabel yang dijelaskan. Contoh: Tabel 1(a)

TABEL 1
(A)
Descriptive Statistics

Kategori	Subkategori	Frekuensi	Persentase%
Jenis kelamin	Laki - laki	17	35,1
	Perempuan	15	64,9
Usia	15 - 25 Tahun	22	70,3
	26 - 35 Tahun	10	8,1
	36 - 45 Tahun	2	10,8
Jenis Panelis	Panelis Industri Kuliner	5	
	Panelis Non-Profesional	32	

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tujuan penelitian ini telah berhasil dicapai dengan menyelesaikan dua rumusan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya. Cara pembuatan cold cheese cake berbahan whey protein dan granola. Tahapan pertama pembuatan cold cheesecake berbahan whey protein dan granola yaitu menghancurkan granola menggunakan chopper, lalu panaskan butter lalu campurkan dan aduk kemudian cetak kedalam loyang setelah itu masukan kedalam chiller. Tahapan kedua yaitu mengocok cream cheese hingga setengah mengembang lalu campurkan whip cream kedalam bowl hingga mengembang sempurna lalu cetak ke loyang dan masukan kedalam chiller hingga padat.

Penelitian ini menunjukkan bahwa cold cheesecake konvensional yang digunakan sebagai produk pembandingan memiliki karakteristik sensori yang sudah disukai panelis, termasuk sebagai dessert tinggi protein. Inovasi formulasi dengan penambahan whey protein dan granola berhasil meningkatkan kandungan protein per porsi tanpa mengurangi penerimaan sensori. Hasil uji organoleptik dan hedonik memperlihatkan bahwa atribut rasa, warna, dan tekstur produk inovasi tetap berada pada kategori disukai dan tidak berbeda signifikan dengan produk original, sedangkan aroma dan tampilan justru menunjukkan perbedaan signifikan dengan nilai rata-rata lebih tinggi pada produk inovasi. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk menghasilkan cold cheesecake tinggi protein yang tetap dapat diterima panelis secara sensori dinyatakan tercapai, sekaligus menunjukkan potensi produk ini sebagai dessert fungsional yang lebih sehat.

REFERENSI

Print References

- Book
 - Yasa Boga (2016). 35B Variasi Resep – Resep Cheese Cake. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Electronic References

- Books
 - Ide Masak (2013). Resep Favorit untuk Usaha – Aneka Pastry. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama Kompas Gramedia.

- Arva Ana Sijan, & Novita Masi Dari Tani MD. (2024). Dessert cheesecake berbahan dasar ubi jalar kuning di Desa Nampar Macing. *MULTIPLE: Journal of Global and Multidisciplinary*, 2(6), 2025–2038.
- Winarno, F. G. (2004). *Kimia pangan dan gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Journal
 - Yuliantoro, N. (2019). Penelitian produk: Inovasi pembuatan cheese cake menggunakan bahan kacang panjang sebagai pengganti tepung terigu. *Journal FAME: Journal Food and Beverage, Product and Services, Accommodation Industry, Entertainment Services*, 2(1).
 - Tahir, M. M., Mahendradatta, M., & Mawardi, A. (2018). Studi pembuatan kue kering dari tepung sagu dengan penambahan tepung blondo (Study of making cookies from sago flour with addition of blondo flour). *Jurnal Teknologi Pangan*, 11(2), 70–80.
 - Angie, F., Angie, C., Pakasi, D., & Situmorang, J. (2024). The use of mangosteen in mousse and no-bake cheesecake. *Gastronomy and Culinary Art*, 3(1), 10–22.
 - Arva Ana Sijan, & Novita Masi Dari Tani MD. (2024). Dessert cheesecake berbahan dasar ubi jalar kuning di Desa Nampar Macing. *MULTIPLE: Journal of Global and Multidisciplinary*, 2(6), 2025–2038.

