

**PROPOSAL LOMBA
KREATIVITAS DAN INOVASI (KRENOVA)
KABUPATEN BOYOLALI**

**ATELI (ADAS LATTE KHAS BOYOLALI) SERBUK MINUMAN
DARI DAUN ADAS SEBAGAI ASI BOOSTER
YANG KAYA NUTRISI**



Oleh:
Novalinda Nilam Cahya
Jivana Citra Medina
Nazwa Febiyana Amalika Putri

Guru Pembimbing:
Nurjannah Mutiara Gayatri, S.Pd.

SMP NEGERI 1 KARANGGEDE
2025

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Daftar Isi.....	ii
Abstrak	iii
1.Latar Belakang	1
2.Maksud dan Tujuan Inovasi	2
3.Manfaat Inovasi.....	2
4.Sisi Keunggulan, Perbedaan dengan Inovasi Terdahulu	2
5.Hasil Inovasi.....	3
6.Penerapan pada Masyarakat	4
7.Prospek Pengembangan.....	4
8.Perhitungan Biaya Produksi	4
Daftar Pustaka	5
Lampiran Dokumentasi Kegiatan.....	6

ATELI (ADAS LATTE KHAS BOYOLALI) SERBUK MINUMAN DARI DAUN ADAS SEBAGAI ASI BOOSTER YANG KAYA NUTRISI

ABSTRAK

Novalinda Nilam Cahya, Jivana Citra Medina, Nazwa Febiyana Amalika Putri

Daun adas (*Anethum graveolens*) merupakan hasil perkebunan khas Boyolali yang memiliki banyak manfaat kesehatan. Salah satu keunggulan dari daun adas yaitu bersifat laktogenik dan memiliki senyawa galaktagog, yang merangsang dan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Dengan kata lain, daun adas bermanfaat dalam pemenuhan nutrisi bagi ibu menyusui dan bayinya. Adas sebagai ASI booster berperan dalam meningkatkan kuantitas dan kualitas produksi ASI. Melalui penelitian ini, daun adas diolah menjadi 'Ateli' (Adas latte khas Boyolali) berupa serbuk minuman yang dibuat dari daun adas yang dihaluskan, diberi tambahan air, gula, dan susu *full cream*, selanjutnya dipanaskan di wajan/panci sehingga didapatkan serbuk minuman. Ateli memiliki cita rasa manis, dikemas dalam wadah *sachet* dan *pouch* sehingga praktis untuk dikonsumsi oleh masyarakat secara umum dan khususnya oleh ibu menyusui.

Kata Kunci: adas, ASI booster, serbuk minuman

ATELI (ADAS LATTE KHAS BOYOLALI) SERBUK MINUMAN DARI DAUN ADAS SEBAGAI ASI BOOSTER YANG KAYA NUTRISI

1. LATAR BELAKANG

1.1 Masalah/Kebutuhan yang Ingin Diselesaikan

Adas (*Anethum graveolens*) merupakan jenis tanaman hasil perkebunan yang banyak dihasilkan di Boyolali. Menurut data Badan Pusat Statistika (BPS) Jawa Tengah, jumlah produksi adas di Boyolali pada tahun 2021 sebanyak 43,47 ton, pada tahun 2022 sebanyak 26,13 ton, tahun 2023 sebanyak 105 ton, dan pada tahun 2024 sebanyak 94,46 ton^[1]. Data BPS tersebut juga menunjukkan bahwa Boyolali juga merupakan satu-satunya Kabupaten di Provinsi Jawa Tengah yang menjadi penghasil adas. Dengan kata lain, adas merupakan hasil perkebunan yang ikonik atau khas Boyolali dan memiliki banyak potensi pengolahan.

Adas atau disebut juga daun dill diketahui memiliki banyak sekali manfaat dan seringkali digunakan sebagai tanaman obat. Menurut laman Alodokter, Di dalam 100 gram dill segar terdapat sekitar 43 kalori, 7 gram karbohidrat, 4 gram protein, 2 gram serat, 208 miligram kalsium, 738 miligram kalium, 66 miligram fosfor, dan 55 miligram magnesium. Selain itu, baik biji maupun daun dill mengandung beberapa senyawa alami yang bersifat antioksidan, seperti flavonoid, terpenoid, dan tanin, serta mengandung vitamin A dan vitamin C.^[2]

Menurut penelitian, daun dan biji adas dapat berperan sebagai ASI booster, yaitu dipercaya dapat membantu melancarkan dan meningkatkan produksi ASI, serta meningkatkan kualitas ASI. Hal ini karena daun dan biji adas bersifat laktogenik, yaitu jenis makanan yang mengandung galaktagog. Galaktagog merupakan senyawa pada tanaman yang dapat merangsang dan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.^[3] Masa menyusui merupakan masa penting karena ASI merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi untuk dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal. Untuk itu, asupan nutrisi ibu menyusui penting untuk diperhatikan. Ibu menyusui membutuhkan lebih banyak protein, kalsium, zat besi, serta asam lemak omega-3 dibandingkan saat tidak menyusui. Kekurangan nutrisi tertentu dapat mempengaruhi kuantitas dan kualitas ASI, serta berpotensi menimbulkan masalah kesehatan bagi ibu ^[4]

Sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas ASI, dibuatlah olahan minuman dari daun adas yang kaya nutrisi dan dipercaya dapat menjadi ASI booster. Dalam penelitian ini, daun adas diolah menjadi serbuk minuman latte yang praktis dan siap seduh yang dapat kaya akan nutrisi. Selanjutnya, serbuk minuman dari daun adas ini diberi label “Ateli” (Adas Latte Khas Boyolali).

1.2 Kondisi Sebelum dan Yang Diharapkan setelah Inovasi

Kondisi sebelum inovasi

- Daun adas selama ini dikonsumsi masyarakat umumnya dalam bentuk olahan sayur, seperti sayur bobor daun adas, urap daun adas, tumis daun adas.

Kondisi Setelah Inovasi

- Daun adas diolah sebagai serbuk minuman latte yang instan dan siap seduh, sehingga praktis dikonsumsi oleh ibu menyusui sebagai salah satu ASI booster untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas ASI yang dihasilkan.

2. MAKSUD DAN TUJUAN INOVASI

Inovasi ini dilakukan dengan maksud **membuat produk ASI booster dari olahan daun adas untuk menambah nutrisi bagi ibu menyusui**. Adapun tujuan dari inovasi ini antara lain:

- a. Menciptakan produk ASI booster yang kaya nutrisi dengan memaksimalkan potensi Boyolali dalam aspek hasil perkebunan berupa daun adas
- b. Menyediakan alternatif produk olahan daun adas.

3. MANFAAT INOVASI

Inovasi ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Bagi Kesehatan

Inovasi ini mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi bagi ibu menyusui karena berdampak pada kesehatan ibu dan bayi.

- b. Bagi Siswa dan masyarakat

Dapat menjadi pembelajaran bagi siswa dan memberikan referensi bagi masyarakat tentang pemanfaatan potensi lokal Boyolali, yaitu daun adas.

4. SISI KEUNGGULAN, KEBARUAN, DAN PERBEDAAN DENGAN INOVASI TERDAHULU

Penelitian mengenai daun adas pernah dilakukan oleh Hartanto dkk (2020) yang mengekstraksi dan mengidentifikasi kandungan daun adas sayur sebagai sediaan herbal^[5]. Hasil penelitian menunjukkan bahwa daun adas positif mengandung alkaloid dan flavonoid, serta karoten, vitamin D, vitamin E, mineral kalium, natrium, kalsium, besi, magnesium dan fosfor. Selain itu, penelitian mengenai kandungan nutrisi daun adas juga dilakukan oleh Pambudi dkk

pada tahun 2017, mendapatkan simpulan bahwa kandungan kimia yang terdapat dalam daun adas yaitu flavonoid, fenol, tanin, dan saponin.^[6]

Sebagai tindak lanjut dari penelitian tersebut, penelitian ini memiliki sisi inovasi dan kebaruan (*novelty*) berupa pengolahan daun adas menjadi Adas Latte, dan pembuatan produk olahan daun adas yang praktis, manis, siap seduh dan siap konsumsi.

5. HASIL INOVASI

5.1. Keunikan Produk Inovasi

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini memiliki keunikan sebagai berikut:

- Pengolahan daun adas menjadi serbuk adas latte sehingga memiliki rasa manis yang enak dikonsumsi.
- Dikemas dalam kemasan yang praktis dan siap seduh.

5.2. Status Kesiapan Produk Inovasi

Produk serbuk adas latte ini siap diproduksi dalam skala lebih besar dan dipromosikan pada masyarakat, serta dalam rangka mendukung pemenuhan nutrisi bagi ibu menyusui.

5.3 Spesifikasi Teknis Produk

Produk yang dihasilkan yaitu serbuk adas latte “Ateli” (Adas Latte Khas Boyolali) yang dikemas dalam bentuk pouch kecil yang praktis, siap diseduh dan dikonsumsi.



Gambar 1. Produk Ateli yang sudah dikemas dalam pouch

Detail produk:

- Komposisi : daun adas, susu full cream, gula, air, vanilla essence
- Bentuk : serbuk
- Berat per pouch : 80 gram
- Cara konsumsi : larutkan 2 sendok makan serbuk adas latte ke dalam 200-250 mL air panas.
- Manfaat herbal : meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menjaga kesehatan mata dan tulang, meningkatkan kuantitas dan kualitas ASI, dan lain lain.

6. PENERAPAN PADA MASYARAKAT/ DUNIA INDUSTRI

Untuk penerapannya pada masyarakat, serbuk adas latte yang kaya akan manfaat kesehatan dapat menjadi alternatif minuman sehat bagi masyarakat yang peduli dengan Kesehatan dan alternatif ASI booster bagi ibu menyusui.

Pada skala UMKM dan wirausaha, produk ini dapat dikembangkan oleh usaha kecil dan menengah (UMKM) untuk dijual dalam bentuk sachet atau bubuk instan yang siap seduh.

7. PROSPEK PENGEMBANGAN

Serbuk Adas Latte memiliki peluang besar dalam masyarakat dan dunia industri. Dengan pemanfaatan yang tepat, produk ini dapat menjadi alternatif minuman sehat yang inovatif, mendukung perekonomian lokal, serta memiliki prospek yang baik di pasar domestik maupun internasional.

8. PERHITUNGAN BIAYA PRODUKSI

Setiap produksi 200 gram serbuk minuman Ateli, diperlukan bahan dengan rincian biaya sebagai berikut.

NO	URAIAN	VOL		JUMLAH (Rp)
1	Daun adas	200	gram	10.000
2	Susu full cream 125 mL	125	mL	3.500
3	Gula pasir	200	gram	6.000
4	Air	75	mL	-
	JUMLAH			19.500

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Badan Pusat Statistik Jawa Tengah. (2025). Produksi Perkebunan Rakyat Menurut Jenis Tanaman dan Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Tengah (Ton) Tahun 2024. <https://jateng.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjEzMjMy/produksi-perkebunan-rakyat-menurut-jenis-tanaman-dan-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-tengah.html>
- [2] Alodokter. (2024). Dill, Tanaman Herba dengan Segudang Manfaat untuk Tubuh. <https://www.alodokter.com/dill-tanaman-herba-dengan-segudang-manfaat-untuk-tubuh>
- [3] Alodokter. (2023). Manfaat Adas untuk Ibu Menyusui yang Jarang Diketahui. <https://www.alodokter.com/manfaat-dan-efek-samping-adas-bagi-ibu-menyusui#:~:text=Manfaat%20Adas%20untuk%20Memperlancar%20Produksi,dan%20mampu%20merangsang%20keluarnya%20ASI.>
- [4] Jannah, S. R. (2024). Kebutuhan Nutrisi Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Ilmiah*, 1(7). doi : 10.62335
- [5] Hartanto, E.S., Lestari, N., & Silitonga, R.E. (2024). Ekstraksi dan Identifikasi Daun Adas Sayur (*Artemisia cf. scoparia*) untuk Sediaan Herbal. *Journal of Agro-based Industry*, 37(1)
- [6] Pambudi, D.B., Slamet, & Mardiana, S. (2017). UJI AKTIVITAS ANTIOKSIDAN EKSTRAK ETANOL DAUN ADAS (*Foeniculum vulgare* Mill.) DENGAN METODE DPPH. *Pharmaceutical Journal of Islamic Pharmacy*.

DOKUMENTASI KEGIATAN



1. Mempersiapkan daun adas



2. Blender daun adas dengan air



3. Menyaring hasil blender daun adas



4. Menambahkan susu full cream ke dalam blender



5. Blender daun adas dengan susu full cream



6. Menambahkan vanilla essence ke dalam larutan daun adas. Masak dengan api kecil hingga mongering dan menjadi serbuk.



7. Mengemas serbuk daun adas ke dalam pouch kecil



8. Serbuk adas latte yang telah diberi label stiker.