

## STUDI KASUS: PERSPEKTIF GENERASI MUDA TERHADAP TEMPE MELALUI SOSIAL MEDIA

Dadi H Maskar<sup>1,2</sup>, Khoirul Anwar<sup>1,2</sup>, Irene Nuariza Prasetyo<sup>1</sup>, Intan Kusumawati<sup>2</sup>,  
Muhammad Ridha<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Teknologi Pangan dan Kesehatan, Universitas Sahid

<sup>2</sup>Forum Tempe Indonesia (FTI)

Korespondensi : <sup>1</sup>khoirul\_anwar@usahid.ac.id

### Abstrak

Tempe merupakan salah satu makanan budaya Indonesia yang sudah menjadi budaya sejak lama. Tempe memiliki banyak manfaat baik dari segi gizi, kesehatan, ekonomi, dan budaya. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan metode survei dan pengisian kuesioner secara online dan mandiri. Penelitian ini dilakukan dari bulan Agustus sampai September 2022 yang dilakukan secara online. Survei dilakukan secara online dengan total responden 189 orang usia maksimal 30 tahun. Data diolah dengan menggunakan program komputer Microsoft Excel 2019. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif dan inferensia. Analisis deskriptif dinyatakan dalam bentuk persentase dan rata-rata. Hasil penelitian diperoleh responden paling banyak pada penelitian ini yaitu usia 20-35 tahun (58,20%), perspektif responden mengenai tempe secara umum diantaranya tempe merupakan makanan budaya khas Indonesia (96,83%), bergizi tinggi (98,94%), superfood (84,66%), harga yang murah dan terjangkau (100%), dapat memberikan dampak ekonomi kepada masyarakat (91,01%). Sebanyak 94,18% responden pernah menggunakan tempe dalam perayaan, sebanyak 96,30% responden mengaku bangga dengan tempe dan 98,41% responden berpendapat bahwa pelestarian budaya tempe perlu untuk dilakukan. Berdasarkan hasil yang diperoleh disimpulkan bahwa generasi muda memiliki perspektif bahwa tempe merupakan salah satu makanan budaya Indonesia yang memiliki banyak manfaat, dan bangga terhadap tempe.

**Kata kunci:** Generasi Muda, Perspektif, Sosial Media, Tempe

## CASE STUDY: YOUTH PERSPECTIVE ON TEMPE THROUGH SOCIAL MEDIA

### Abstract

*Tempe is one of Indonesian cultural foods that has been a culture for a long time. Tempe has many benefits both in terms of nutrition, health, economy, and culture. This study used a cross-sectional design with survey methods and filling out questionnaires online and independently. This research was conducted from August to September 2022 which was conducted online. The survey was conducted online with a total of 189 respondents with a maximum age of 30 years. The data is processed using the Microsoft Excel 2019 computer program. The data analysis used is descriptive and inferential. Descriptive analysis is expressed in the form of percentages and averages. The research results obtained that the most respondents in this study were aged 20-35 years (58.20%), the perspective of respondents regarding tempeh in general included tempe as a typical Indonesian cultural food (96.83%), highly nutritious (98.94%), superfood (84.66%), cheap and affordable prices (100%), can have*

*an economic impact on society (91.01%). As many as 94.18% of respondents used tempeh in celebrations, 96.30% of respondents said they were proud of tempeh and 98.41% of respondents thought that it was necessary to preserve tempeh culture. Based on the results obtained, it was concluded that the younger generation has the perspective that tempe is one of Indonesian cultural foods that has many benefits, and is proud of tempe.*

**Keywords:** *Young Generation, Perspective, Social Media, Tempe*

## **PENDAHULUAN**

Tempe merupakan salah satu makanan khas Indonesia yang sudah menjadi budaya sejak lama. Budaya Tempe merupakan identitas nasional Indonesia yang telah berevolusi dari pembuatan tempe tradisional, ritual-ritual tradisional, dan gastronomi tempe di kehidupan masyarakat Jawa. Pembuatan tempe tradisional merupakan proses ramah lingkungan yang dilakukan secara sederhana dengan memfermentasi kacang-kacangan menggunakan ragi alami (“laru” atau “usar” yang mengandung *Rhizopus spp.*) dari pembungkus pilihan berbasis tanaman, kemudian diolah menjadi bentuk tertentu (Alvina & Hamdani, 2019; Redi Aryanta, 2020; Romulo & Surya, 2021; Shurtleff & Aoyagi, 2007). Bahan yang digunakan dalam pembuatan tempe saat ini adalah kacang kedelai yang merupakan salah satu sumber protein nabati populer di Indonesia. Tempe yang dibuat di Indonesia memiliki beberapa jenis cara pembuatan yang juga memiliki karakteristik tempe yang bervariasi (Astawan et al., 2013; Utari et al., 2010)

Saat ini, banyak penelitian juga menunjukkan bahwa tempe juga memiliki banyak manfaat terhadap kesehatan, selain sebagai sumber protein, tempe juga memiliki manfaat lain terutama sebagai sumber isoflavone, vitamin B12, dan kalsium (Astawan et al., 2013, 2018; Redi Aryanta, 2020; Romulo & Surya, 2021). Selain manfaat kesehatan, tempe juga memiliki manfaat ekonomi untuk masyarakat terutama pada masyarakat yang menjadi pengrajin tempe atau masyarakat yang terlibat dalam proses jual beli tempe (Naelis & Novindra, 2015; Taimenas, 2017; Sari & Mardiyah, 2020). Saat ini, banyak generasi muda yang sudah mengenal

tempe sebagai komoditas, namun belum terlalu mengetahui tentang bagaimana budaya, sejarah, dan manfaat tempe. Sehubungan dengan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis bagaimana persepsi masyarakat terhadap tempe sebagai budaya Indonesia.

## **BAHAN dan METODE**

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan metode survei dan pengisian kuesioner secara online dan mandiri. Penelitian ini dilakukan dari bulan Agustus sampai September 2022 yang dilakukan secara online dengan subjek yang berdomisili di daerah yang memiliki akses internet baik dan penggunaan aplikasi online yang tinggi. Survei dilakukan kepada subjek dengan semua kategori usia. Survei dilakukan secara online dengan total responden 189 orang usia maksimal 30 tahun.

Data yang dikumpulkan adalah data primer sampel yang diperoleh melalui pengisian kuesioner secara online. Beberapa variabel yang ditanyakan antara lain 1) karakteristik subjek (identitas diri, usia, jenis kelamin, asal daerah (domisili)); 2) sosial ekonomi (pendapatan; pendidikan; jenis pekerjaan); 3) Pengetahuan tentang Tempe (definisi, bahan, budaya, kandungan gizi, superfood); 4) Persepsi ekonomi (harga, dampak ekonomi, nilai jual, kenaikan harga bahan), 5) Persepsi bahan (kedelai impor, GMO, kedelai lokal), 6) Persepsi budaya (tempe sebagai budaya, pelestarian budaya, bangga tempe), 7) Frekuensi konsumsi tempe (Jenis tempe yang dikonsumsi, jenis kuliner tempe yang dikonsumsi, per minggu, jumlah sekali makan), dan 8) Deskripsi Tentang Tempe.

Data primer yang telah diperoleh lalu dianalisis secara statistik. Tahapan pengolahan data dimulai dari pengkodean (*coding*), pemasukan data (*entry*), pengecekan ulang (*cleaning*) dan selanjutnya

dilakukan analisis. Penyusunan *code-book* dilakukan untuk membantu proses pengkodean (*coding*) sebagai panduan entri dan pengolahan data. Proses selanjutnya adalah pengecekan ulang (*cleaning*). Data diolah dengan menggunakan program komputer Microsoft Excel 2019. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif dan inferensia. Analisis deskriptif dinyatakan dalam bentuk persentase dan rata-rata.

## HASIL

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik	n	%
<b>Usia (tahun)</b>		
<20	11	5,82
20-25	110	58,20
25-30	68	35,98
Total	189	100
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	26	13,76
Perempuan	163	86,24
Total	189	100
<b>Asal Daerah</b>		
Jawa Tengah dan DIY	24	12,70
Jawa Barat	59	31,22
DKI Jakarta	40	21,16
Banten	22	11,64
Jawa Timur	19	10,05
Sumatera	17	8,99
Kalimantan	3	1,59
Papua	1	0,53
Bali	1	0,53
NTB	3	1,59
<b>Pendapatan</b>		
<1,5 juta	101	53,44
1,5-2,5 juta	26	13,76
2,5-3,5 juta	19	10,05
>3,5 juta	43	22,75
Total	189	100
<b>Pendidikan</b>		
Perguruan Tinggi	128	67,72
SMA	61	32,28
SMP	0	0
Total	189	100
<b>Jenis Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	76	40,21
Petani	1	0,53
PNS/Pemerintah	11	5,82
Pengusaha/Industri	9	4,76
Lainnya (NGO,dll)	92	46,68
Total	189	100

Karakteristik responden yang tersaji dalam tabel 1 pada kategori usia,

responden paling banyak pada penelitian ini yaitu usia 20-35 tahun dengan presentase 58,20%. Jenis kelamin terbanyak pada penelitian ini yaitu perempuan dengan presentase 86,24%. Kategori responden dengan asal daerah yang terbanyak yaitu Jawa Barat dengan presentase 31,22%, dilanjutkan dengan DKI Jakarta dengan presentase 21,16% serta Jawa Tengah dan DIY dengan presentase 12,70%. Rata-rata pendapatan dari responden pada penelitian ini yaitu di angka kurang dari 1,5 juta rupiah dengan presentase sebesar 53,44% dan lebih dari 3,5 juta rupiah dengan presentase sebesar 22,75%. Tingkat pendidikan terbanyak responden yaitu perguruan tinggi dengan presentase 67,72% dan untuk kategori jenis pekerjaan, rata-rata responden tidak bekerja dengan presentase 40,21% disusul dengan pekerjaan lainnya seperti NGO dengan presentase 46,68%.

**Tabel 2. Perpektif Responden Terkait Zat Gizi dan Nilai Ekonomi Tentang Tempe**

Pertanyaan	n	%
<b>Tempe merupakan makanan budaya khas Indonesia?</b>		
Ya	183	96,83
Tidak	5	2,65
Tidak Tahu	1	0,53
Total	189	100
<b>Tempe merupakan makanan yang bergizi tinggi?</b>		
Ya	187	98,94
Tidak	2	1,06
Total	189	100
<b>Tempe merupakan makanan superfood?</b>		
Ya	160	84,66
Tidak	19	10,05
Tidak Tahu	10	5,29
Total	189	100
<b>Bagaimana harga tempe?</b>		
Murah dan Terjangkau	189	100
Total	189	100
<b>Tempe dapat memberikan dampak ekonomi (meningkatkan nilai ekonomi) kepada masyarakat?</b>		
Ya	172	91,01
Tidak	5	2,65
Tidak Tahu	12	6,35
Total	189	100
<b>Bagaimana nilai jual tempe?</b>		
Bagus	141	74,60
Biasa saja	34	17,99
Rendah	14	7,41
Total	189	100

<b>Kenaikan harga kedelai mempengaruhi harga tempe dan jumlah konsumsi tempe?</b>		
Ya	165	87,30
Tidak	61	6,35
Tidak Tahu	0	6,35
Total	189	100
<b>Tempe menggunakan kedelai impor sebagai bahan pembuatannya?</b>		
Ya	102	53,97
Tidak	49	25,93
Tidak Tahu	38	20,11
Total	189	100

Berdasarkan tabel 2, perspektif responden mengenai tempe secara umum diantaranya tempe merupakan makanan budaya khas Indonesia (96,83%), tempe merupakan makanan yang bergizi tinggi (98,94%), tempe merupakan makanan superfood (84,66%), harga tempe yang murah dan terjangkau (100%), tempe dapat memberikan dampak ekonomi (meningkatkan nilai ekonomi) kepada masyarakat (91,01%), nilai jual tempe yang bagus (74,60%), kenaikan harga kedelai mempengaruhi harga tempe dan jumlah konsumsi tempe (87,30%), dan tempe menggunakan kedelai impor sebagai bahan pembuatannya (53,97%).

**Tabel 3. Perspektif Responden Terkait Bahan dan Proses serta Konsumsi Tempe**

Pertanyaan	n	%
<b>Apakah kedelai GMO aman dikonsumsi?</b>		
Ya	74	39,15
Tidak	25	13,23
Tidak Tahu	90	47,62
Total	189	100
<b>Apakah kedelai lokal digunakan sebagai pembuatan tempe?</b>		
Ya	158	83,60
Tidak	14	7,41
Tidak Tahu	17	8,99
Total	189	100
<b>Apakah bahan selain kedelai dapat digunakan sebagai bahan pembuatan tempe?</b>		
Ya	120	63,49
Tidak	36	19,05
Tidak Tahu	33	17,46
Total	189	100
<b>Apakah anda tau bagaimana proses pembuatan tempe?</b>		
Ya	174	92,06
Tidak	15	7,94
Total	189	100
<b>Apakah anda pernah menggunakan tempe</b>		

<b>dalam acara/perayaan yang dilakukan?</b>		
Pernah	178	94,18
Tidak Pernah	11	5,82
Total	189	100
<b>Apakah anda bangga dengan tempe?</b>		
Bangga	182	96,30
Biasa saja	7	3,70
Total	189	100
<b>Menurut anda, apakah pelestarian budaya tempe perlu dilakukan?</b>		
Ya	186	98,41
Tidak	2	1,06
Tidak Tahu	1	0,53
Total	189	100
<b>Dalam seminggu terakhir, seberapa sering anda mengonsumsi tempe?</b>		
Setiap Hari	20	10,58
4-5 kali/minggu	54	28,57
2-3 kali/minggu	98	51,85
1 kali/minggu	17	8,99
Total	189	100
<b>Jenis tempe apa saja yang sering anda konsumsi?</b>		
Tempe kedelai bungkus daun	118	62,43
Tempe kedelai bungkus plastik	70	37,04
Tempe non kedelai	1	0,53
Total	189	100
<b>Berapa banyak anda mengonsumsi tempe sekali makan?</b>		
1 potong sedang (25 gram)	43	22,75
2 potong sedang (50 gram)	96	50,79
>2 potong sedang (>75 gram)	50	26,46
Total	189	100
<b>Jenis kuliner tempe yang sering dikonsumsi?</b>		
Tempe Goreng/Mendoan	99	52,38
Tempe Orek	36	19,05
Keripik Tempe	16	8,47
Lainnya	38	20,11
Total	189	100
<b>Bahan apa yang digunakan untuk membuat tempe?</b>		
Kedelai dan ragi	177	96,30
Kacang lainnya dan ragi	12	3,70
Total	189	100

Perspektif masyarakat mengenai konsumsi tempe terkait apakah kedelai GMO aman untuk dikonsumsi, sebanyak 47,62% responden menjawab tidak tahu dan 39,15%

menjawab kedelai GMO aman untuk dikonsumsi. Terkait dengan bahan pembuatan tempe, 83,60% responden berpendapat bahwa kedelai lokal digunakan sebagai pembuatan tempe dan 63,49% responden berpendapat bahwa tempe dapat dibuat dengan bahan lain selain kedelai. Berdasarkan tabel 3 juga diketahui sebanyak 92,06% responden mengetahui bagaimana proses pembuatan tempe, 94,18% responden pernah menggunakan tempe dalam acara/perayaan yang dilakukan, 96,30% responden mengaku bangga dengan tempe dan 98,41% responden berpendapat bahwa pelestarian budaya tempe perlu untuk dilakukan. Perspektif dari segi konsumsi tempe, sebanyak 51,85% responden mengonsumsi tempe sebanyak 2-3 kali per minggu, sebanyak 62,43% responden lebih sering mengonsumsi tempe kedelai bungkus daun dan 37,04% lebih sering mengonsumsi tempe kedelai bungkus plastik. Sebanyak 50,79% responden mengonsumsi tempe sebanyak 2 potong sedang (50 gram) per sekali makan, dan tempe goreng/mendoan menjadi kuliner tempe yang sering dikonsumsi dari 52,38%. Mengenai bahan yang dapat digunakan untuk membuat tempe, sebanyak 96,30% responden memilih kedelai dan ragi sebagai bahan untuk membuat tempe.

## PEMBAHASAN

Responden merupakan generasi muda usia maksimal 30 tahun dengan jumlah responden tertinggi pada rentang usia 20-35 tahun dengan presentase 58,20%. Rentang usia ini merupakan generasi milenial yang memiliki karakteristik berkembang bersama kemajuan teknologi, sehingga memiliki ciri-ciri kreatif dan informatif (BPS, 2020; Prasasti & Prakoso, 2020). Sebagian besar responden mengetahui bahwa tempe merupakan makanan budaya khas Indonesia, bergizi tinggi, superfood dengan harga yang murah dan terjangkau. Tempe merupakan makanan khas Indonesia yang secara resmi telah tercantum dalam daftar nasional Warisan Budaya Tak Benda Indonesia (WBTD) sejak tahun 2017 (Kemendikbud 2017).

Tempe juga merupakan superfood yang kaya akan zat gizi dan memiliki banyak manfaat untuk kesehatan. Tempe menjadi salah satu sumber protein, vitamin B12, isoflavone dan zat gizi lainnya (Ahn-an-Winarno et al., 2021; Astawan et al., 2018; Redi Aryanta, 2020; Romulo & Surya, 2021; Utari et al., 2010).

Responden juga setuju bahwa tempe dapat memberikan dampak ekonomi (meningkatkan nilai ekonomi) kepada masyarakat, memiliki nilai jual tempe yang bagus. Disisi lain, responden juga setuju bahwa kenaikan harga kedelai mempengaruhi harga tempe dan jumlah konsumsi tempe, dan tempe menggunakan kedelai impor sebagai bahan pembuatannya. Tempe merupakan komoditas pangan yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia (Reddy, 2019) yang sebagian bahan kedelai berasal dari impor (Ekonomi & Ekonomi, 2015; J. Teknologi et al., 2020).

Perspektif masyarakat tentang konsumsi tempe dari kedelai GMO aman, diperoleh hasil bahwa 47,62% responden menjawab tidak tahu dan 39,15% menjawab kedelai GMO aman untuk dikonsumsi. Beberapa riset terkait dengan konsumsi tempe menggunakan kedelai GMO membuktikan bahwa aman dikonsumsi sama dengan kedelai non GMO (Astawan et al., 2013; Maskar et al., 2014; Suwarno et al., 2014). Saat ini, kedelai menjadi bahan utama pembuatan tempe, meskipun juga telah dikembangkan tempe yang bersal dari kacang jenis lainnya (Reddy, 2019). Tempe juga banyak digunakan dalam kegiatan budaya masyarakat di Indonesia, oleh karena itu pelestarian tempe sebagai makan budaya menjadi sesuatu yang penting dilakukan (Nurhayati et al., 2014; Indrahti & Maziyah, 2018). Tempe merupakan makanan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia dan menjadi salah satu sumber protein nabati yang paling sering dikonsumsi di Indonesia (Ahn-an-Winarno et al., 2021; Reddy, 2019)

## SIMPULAN dan SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh, generasi muda memiliki perspektif bahwa tempe merupakan salah satu makanan budaya Indonesia yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, makanan superfood yang terjangkau harganya, memiliki manfaat ekonomi, aman dikonsumsi dan menjadi

salah satu makanan yang paling sering dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia.

#### **Saran**

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan lokasi penelitian yang lebih luas.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberi dukungan dan kontribusi terhadap penelitian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahnan-Winarno, A. D., Cordeiro, L., Winarno, F. G., Gibbons, J., & Xiao, H. (2021). Tempeh: A semicentennial review on its health benefits, fermentation, safety, processing, sustainability, and affordability. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, 20(2), 1717–1767. <https://doi.org/10.1111/1541-4337.12710>
- Alvina, A., & Hamdani, D. (2019). Proses Pembuatan Tempe Tradisional. *Jurnal Pangan Halal*, 1(1), 1/4.
- Astawan, M., Mardhiyyah, Y. S., & Wijaya, C. H. (2018). Potential of Bioactive Components in Tempe for the Treatment of Obesity. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 13(2), 79–86. <https://doi.org/10.25182/jgp.2018.13.2.79-86>
- Astawan, M., Wresdiyati, T., Widowati, S., Bintar, siti harnina, & Ichsani, N. (2013). Karakteristik Fisikokimia dan Sifat Fungsional Tempe yang Dihasilkan dari Berbagai Varietas Kedelai. *Jurnal Pangan*, 22(3), 241–252.
- Ekonomi, D., & Ekonomi, F. (2015). ANALISIS EKONOMI PENGUSAHA TEMPE DALAM MENGHADAPI KENAIKAN HARGA KEDELAI IMPOR DI KELURAHAN SEMPER, JAKARTA UTARA. 3(2), 97–112.
- Hidayat, D., Damayanthi, E., & Astawan, M. (n.d.). Effects of Genetically Modified ( GM ) Soybean and Tempe Consumption on Blood Profile , Malondialdehyde ( MDA ) Level and Superoxide Dismutase ( SOD ) Activity of Sprague-Dawley Rats. 4531, 271–285.
- Indrahti, S., & Maziyah, S. (2018). Makna Simbolis dan Filosofis Kuliner Tradisional pada Upacara Tradisi di Kudus. 2(1).
- Mahasiswa, S., Geografi, P., Ilmu, F., & Surabaya, U. N. (n.d.). KAJIAN HOME INDUSTRY TEMPE DITINJAU DARI MODAL EKONOMI DAN TENAGA KERJA DI DESA SEPANDE KECAMATAN CANDI KABUPATEN SIDOARJO Edo Dwi Prasetyo.
- Nurhayati E, et al 2014. Inventarisasi Makanan Tradisional Jawa Unsur Sesaji Di Pasar-Pasar Tradisional Kabupaten Bantul. *Jurnal Penelitian Humaniora*, Vol. 19, No.2, Oktober 2014: 124-140
- Maryani Suwarno<sup>1</sup>, M. A., & Wresdiyati<sup>2</sup>, Tutik Widowati<sup>3</sup>, Sri Bintari<sup>4</sup>, Siti Harnina, M. (2014). Evaluasi Keamanan Tempe dari Kedelai Transgenik Melalui Uji Subkronis pada Tikus. 15(3), 353–362.
- Reddy, N. R. (2019). Tempe. *Legume-Based Fermented Foods*, 95–40. <https://doi.org/10.1201/9781351074001-6>
- Redi Aryanta, I. wayan. (2020). Manfaat Tempe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 2(1), 44–50. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v2i1.609>
- Romulo, A., & Surya, R. (2021). Tempe: A traditional fermented food of Indonesia and its health benefits. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 26(June). <https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2021.100413>
- Shurtleff, W., & Aoyagi, A. (2007). History of Soybeans and Soyfoods. In *Book of Tempeh*, 85. <http://www.luk.staff.ugm.ac.id/itd/artikel/Shurtleff-Aoyagi-HistoryOfTempeh.pdf>
- Taimenas, E. (2017). Dampak Faktor Sosial Ekonomi terhadap Produksi Home Industri Tempe di Kelurahan Oelami Kecamatan Bikomi Selatan. 2(2502), 44–47.

Teknologi, D., Pertanian, I., & Teknologi, F. (1978). KAJIAN LITERATUR : POTENSI PEMANFAATAN PROTEIN TEMPE NON-KEDELAI Literature Review: Potency of Non-Soybean Tempeh Protein. 14(2).

Teknologi, J., Pertanian, I., & Madura, U. T. (2020). AGROINTEK : Jurnal Teknologi Industri Pertanian. 14.

Utari, D. M., Rimbawan, Riyadi, H., Muhilal, & Purwastyastuti. (2010). Pengaruh Pengolahan Kedelai Menjadi Tempe dan Pemasakan Tempe Terhadap Kadar Isoflavon. Pgm, 33(2), 150–151.