



Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Teknologi Hasil Pertanian

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PENYULUHAN INOVASI PENGOLAHAN PANGAN LOKAL SEBAGAI PENGEMBANGAN PRODUK PANGAN FUNGSIONAL DI DESA COT SEUMEURUNG

COMMUNITY EMPOWERMENT THROUGH COUNSELING ON LOCAL FOOD PROCESSING INNOVATIONS AS AN EFFORT TO DEVELOP FUNCTIONAL FOOD PRODUCTS IN DESA COT SEUMEURUNG

Hilka Yuliani^{1*}, Maya Indra Rasyid¹, Sri Maryati¹, Lia Angraeni¹

¹ Program Studi Teknologi Hasil Pertanian, Universitas Teuku Umar

*Email: hilka.yuliani@utu.ac.id

ABSTRACT

Technology and information that are increasingly developing today have not been utilized properly by rural communities. This can be seen from the lack of creation of processed forms of food sourced from local food ingredients available in the village including yellow pumpkin, moringa and turmeric which are only processed into vegetables and cooking spices. Even though these ingredients have the potential as functional foods that have high health and economic value. One of the villages that is still lacking in utilizing local commodities is Cot Seumeurung village, Samatiga District. The purpose of this community service activity is to empower the community through counseling and training on making functional food products from yellow pumpkin, moringa and turmeric to increase community knowledge and skills in processing commodities that were initially less marketable into products that have high selling value and are beneficial to health. This activity consists of 2 stages of activities, namely the first stage in the form of extension activities and the second stage in the form of product processing activities which are all carried out within 1 day. The results of this service activity can be seen that there is an increase in skills from the Cinta Rasa Farmer Women's Group in making kuni pumpkin noodles, moringa pudding and sour turmeric drinks that can be used to improve the economy and improve the quality of health of villagers.

Kata kunci: *Community Empowerment, Functional Food, Food Processing, Local Food*

PENDAHULUAN

Teknologi dan informasi yang semakin berkembang saat ini belum dimanfaatkan dengan baik oleh masyarakat pedesaan. Hal ini dapat dilihat dari kurangnya kreasi bentuk olahan makanan yang bersumber dari bahan pangan lokal yang tersedia di desa diantaranya labu kuning, kelor dan kunyit yang hanya diolah menjadi sayur dan juga bumbu masakan.

Permasalahan yang sering terjadi adalah bahan-bahan lokal kurang mendapat perhatian serius dari masyarakat sekitar, namun jika diolah menjadi produk yang kreatif dan inovatif pasti memiliki nilai jual

yang tinggi. Kurangnya perhatian ini mungkin dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan masyarakat lokal terhadap pemanfaatan produk kearifan lokal.

Salah satu desa yang masih kurang dalam memanfaatkan komoditi lokal yaitu desa Cot Seumeurung Kecamatan Samatiga, yang mana mayoritas penduduknya bermatapencaharian di bidang agraris (50%) seperti menjadi petani sawah, petani karet maupun kerja di hutan. Kegiatan ini kelompok sasarannya yaitu Kelompok Wanita Tani (KWT) Cinta Rasa.

Masyarakat di Desa Cot Seumeurung umumnya menambahkan labu kuning, kelor,

dan kunyit sebagai sayuran dalam masakan yang diolah dengan cara yang sederhana seperti direbus. Padahal bahan tersebut memiliki potensi sebagai pangan fungsional yang memiliki nilai kesehatan dan ekonomis yang tinggi.

Menurut Amir (2019), pangan fungsional dapat diartikan sebagai makanan atau komponen makanan yang menyediakan nutrisi penting bagi tubuh untuk mempertahankan pertumbuhan/perkembangan normal tubuh. Selain itu, pangan fungsional mengandung komponen bioaktif yang dapat meningkatkan kesehatan atau memberikan efek fisiologis yang diinginkan serta memiliki rasa dan tekstur yang baik untuk dikonsumsi. Pangan fungsional dapat dibuat dari komoditi lokal Indonesia yang memiliki nilai gizi dan kandungan bioaktif yang sangat bagus. Kondisi tersebut belum diimbangi dengan inovasi olahan produk tersebut dikarenakan masih terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai manfaat makanan tersebut, baik dari segi gizi maupun kesehatan.

Labu kuning mengandung serat pangan, pektin, betakaroten, vitamin A, B, C, dan E, serta berbagai jenis mineral seperti kalsium, fosfor, zat besi, dan seng (Millati, Udiantoro, & Wahdah, 2020). Manfaat labu kuning telah banyak diteliti, antara lain mencegah tekanan darah tinggi dan serangan jantung, mencegah penuaan, mencegah kanker, dan lain-lain (Akbar, 2015)

Kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tanaman berkhasiat tinggi. Daun kelor kaya akan nutrisi seperti beta-karoten, vitamin C, zat besi, dan potasium, serta harganya yang murah dan mudah ditanam, menjadikannya tambahan yang bagus untuk makanan harian keluarga (Kristina & Siti, 2014). Menurut Hamzah & Yusuf, 2019, kelor mudah diperoleh dan dengan cepat dapat mengatasi malnutrisi pada anak-anak tanpa banyak biaya.

Minuman kunyit asam terbuat dari kunyit dan asam jawa dan berfungsi sebagai analgesik utama untuk mengatasi menstruasi. Ini aman untuk dikonsumsi secara teratur dan tidak memiliki efek samping (Limananti dan Triratnawati, 2003).

Pengembangan pangan berbasis kearifan lokal dapat dijadikan ide untuk memperkuat

masyarakat desa. Pemberdayaan masyarakat mengacu pada proses dimana masyarakat memperluas kemampuannya.

Meningkatkan ketrampilan masyarakat dapat dilakukan melalui pelatihan produk pangan fungsional (Hambakodu et al., 2020). Untuk maksud tersebut, kami mengadakan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dengan tema pengembangan produk pangan fungsional dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan Masyarakat di desa Cot Seumeurung. Adapun tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk memberdayakan masyarakat melalui penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk pangan fungsional dari labu kuning, kelor dan kunyit sehingga meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat dalam mengolah komoditi yang awalnya kurang bernilai jual menjadi produk yang memiliki nilai jual tinggi dan bermanfaat bagi kesehatan.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di desa Cot Seumereung Kecamatan Samatiga, Kabupaten Aceh Barat pada hari Kamis 5 Oktober 2023. Peserta nya terdiri dari anggota KWT Cinta Rasa dan Penyuluh Pertanian dari Kantor BPP Kecamatan Samatiga. Kegiatan ini terdiri dari 2 tahap kegiatan yaitu tahap pertama berupa penyuluhan dan tahap kedua berupa pelatihan pengolahan produk (mie labu kuning, pudding kelor dan minuman kunyit asam) yang semua kegiatan tersebut dilakukan dalam waktu 1 hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan

20 orang peserta dari anggota KWT dan Penyuluh Pertanian menghadiri kegiatan penyuluhan seperti terlihat pada Gambar 1. Pada kegiatan tersebut memberikan pengetahuan tentang pangan fungsional, manfaatnya untuk mencegah diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung, serta nilai gizi dan manfaat labu kuning, kelor, dan kunyit untuk kesehatan, serta cara membuat puding labu kuning, kelor, dan kunyit asam. Usai pemaparan, dilanjutkan dengan diskusi antara pemateri dan peserta. Para peserta

yang mengikuti kegiatan tersebut diharapkan dapat menjadi motor penggerak dalam memajukan pengolahan labu kuning, kelor, dan kunyit di desa Cot Seumeurung.



Gambar 1. Peserta penyuluhan

Kegiatan Pelatihan Pengolahan Produk

Kegiatan pelatihan pengolahan produk dilakukan untuk mempraktikkan teori yang sudah diajarkan pada tahap penyuluhan yang didampingi oleh Dosen Program Studi Teknologi Hasil Pertanian Fakultas Pertanian Universitas Teuku Umar. Tujuan dari pelatihan ini adalah menggunakan teknik sederhana untuk mengubah bahan-bahan lokal menjadi bahan baku pangan olahan, meningkatkan pengetahuan, ketrampilan dan inovasi melalui diversifikasi produk, meningkatkan kualitas dan nilai ekonomi bahan-bahan lokal, serta meningkatkan pendapatan dan manfaat bagi mitra (Sutama et al., 2015).

Suasana pelatihan pengolahan mie labu kuning, pudding Kelor dan Minuman Kunyit Asam dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Suasana kegiatan pelatihan

Beberapa kegiatan pelatihan yang dilaksanakan, yaitu sebagai berikut:

1) Pengolahan mie labu kuning,

Persiapan bahan dan alat

Bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan mie labu kuning yaitu labu

kuning, tepung terigu, tepung tapioka, telur dan garam. Alat yang digunakan yaitu, baskom, panci, sutel, pasta maker dan noodle maker serta kompor gas.

Proses Pembuatan

- Sebanyak 300 gr labu kuning dikukus lalu dihaluskan.
- Pasta labu kuning dicampur dengan 600 gr tepung terigu, 50 gr tepung tapioka, 1 butir telur dan garam secukupnya, kemudian diaduk sampai rata.
- Adonan diuleni sampai kalis atau sudah tidak menempel di tangan.
- Satu bagian adonan diambil lalu dipipihkan menggunakan pasta maker nomor yang paling besar atau noodle maker.
- Adonan kemudian dipipihkan sampai ketebalan yang diinginkan.
- Setelah itu cetak mie menggunakan pasta maker.
- Taburkan tepung agar tidak lengket satu sama lain.



Gambar 3. Proses Pengolahan pembuatan Mie Labu Kuning

2) Pengolahan Puding Kelor

Persiapan bahan dan alat

Bahan puding kelor antara lain daun kelor, susu UHT, agar-agar bubuk, bubuk Nutrigel, gula pasir, telur, dan cup puding. Sedangkan alat yang digunakan adalah blender, panci, kukusan, saringan, dan kompor gas.

Proses Pembuatan

- Cuci 500 gram daun kelor, tambahkan 1000 ml air, haluskan dengan blender lalu disaring.
- Campurkan 300ml ekstrak daun kelor, 1 bungkus agar-agar bubuk, 1/2 bungkus Nutrigel, gula pasir dan 300ml susu UHT lalu rebus hingga mendidih.

- c) Selanjutnya tuang adonan ke dalam masing-masing wadah yang telah disiapkan. Tunggu beberapa saat hingga dingin.



Gambar 4. Proses Pengolahan Puding Kelor

- 3) Pembuatan Minuman Kunyit Asam
Persiapan bahan dan alat

Bahan untuk minuman Kunyit Asam meliputi kunyit, gula merah, asam jawa, air dan garam. Sedangkan alat yang digunakan yaitu, blender, panci, saringan, dan kompor.

Proses Pembuatan

- Siapkan bahan-bahan yang akan digunakan lalu cuci bersih,
- Setelah itu, blender 200 gr kunyit hingga benar-benar halus.
- Saring kunyit tersebut dan ambil sari atau airnya.
- Kemudian, air kunyit dituang dalam panci serta tambahkan juga 100 gr asam jawa, 250 gr gula merah, dan $\frac{1}{2}$ sdt garam.
- Masak semua bahan sampai benar-benar mendidih. Setelah mendidih, angkat dari api dan biarkan dingin terlebih dahulu.



Gambar 5. Proses Pengolahan Minuman Kunyit Asam

Adapun karakteristik masing-masing produk yang dihasilkan yaitu Mie labu kuning yang dibuat pada kegiatan ini mempunyai

tampilan yang sangat menarik, warnanya kuning pucat, konsistensinya kenyal, dan untaian mienya tidak mudah putus. Puding kelor memiliki warna hijau muda dan tekstur yang lembut serta rasa manis dan juga khas kelor. Sedangkan minuman kunyit asam memiliki warna kuning hingga kuning kecoklatan, memiliki rasa asam manis, dan menyegarkan jika disajikan hangat atau dingin dengan es.

Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong peserta untuk mengembangkan produk olahan dari bahan baku tersebut pada usaha rumahan yang dapat menjadi sumber perekonomian keluarga dan menunjang kesehatan karena memiliki banyak manfaat bagi Kesehatan. Berdasarkan hasil diskusi dengan peserta, secara umum peserta merasa puas dengan kegiatan penyuluhan dan pelatihan mengenai pengolahan ketiga produk tersebut dan menemukan bahwa kegiatan tersebut memberikan manfaat bagi peserta serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah labu kuning, kelor, dan kunyit.

Setelah mengikuti kegiatan pelatihan, para peserta menjadi tertarik untuk meningkatkan kesehatannya dengan menggunakan bahan-bahan lokal.

KESIMPULAN

Pengolahan labu kuning, kelor, dan kunyit menjadi berbagai olahan pangan fungsional menjadi salah satu pilihan untuk meningkatkan nilai tambah dan diversifikasi bahan lokal yang masih terbatas. Peserta pelatihan memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru mengenai pemanfaatan dan pengolahan labu kuning, kelor, dan kunyit. Hal ini akan memungkinkan komoditi tersebut untuk dikembangkan sebagai sumber ekonomi bagi penduduk setempat dan meningkatkan kesehatan dan kekebalan tubuh di desa Cot Seumeurung, Kecamatan Samatiga.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Teuku Umar yang telah mendanai kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tahun 2023 melalui Hibah Liga Antar Prodi, Penyuluh Pertanian BBP Samatiga dan

seluruh anggota KWT yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. (2015). *Aneka Tanaman Apotek Hidup di Sekitar Kita* (Cet 1). Yogyakarta: one books.
- Amir M. 2019. Sosialisasi fungsional dan produk pangan fungsional. Laporan pengabdian pada masyarakat. Universitas Esa Unggul.
- Astuti, R. 2022. Analisis Komposisi Zat Gizi Dan Antioksidan Beberapa Varietas Labu Kuning (*Cucurbita Moschata* Durh). Desember, 16(4), 551–559.
- Hamzah, H., & Yusuf, N. R. (2019). Analisis Kandungan Zat besi (Fe) Pada Daun Kelor (*Moringa oleifera* Lam.) Yang Tumbuh dengan Ketinggian Berbeda di Daerah Kota Baubau. *Indo. J. Chem. Res.*, 6(2), 88–93.
- Kristina, N. N., & Siti, F. S. (2014). Pemanfaatan tanaman kelor (*Moringa oleifera*) untuk meningkatkan Produksi Air Susu Ibu. *Warta Penelitian Dan Pengembangan Tanaman Industri*, 20(3), 26–29.
- Limananti A.I., Triratnawati A., 2003, *Ramuan Jamu Cekok sebagai Penyembuhan Kurang Nafsu Makan pada Anak: Suatu Kejadian Etnomedisin*, *Makara Kesehatan*, 7(1): 11-20.
- Millati, T., Udiantoro, U., & Wahdah, R. (2020). Pengolahan Labu Kuning Menjadi Berbagai Produk Olahan Pangan. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 300–305.
- Sutama, I.K., Pugra, I.W., Arjana, I.W.B. 2015. Program IbM Dapat Mengubah Pandangan Masyarakat Selat Karangasem Terhadap Ubi Ungu. *BHAKTI PERSADA: Jurnal Aplikasi Ipteks*. 1(1):26-37.
- Syafutri, M.I, dan Eka, L. 2014. Pengaruh Konsentrasi Penambahan Tepung Tempe Terhadap Karakteristik Tortilla Labu Kuning. *Jurnal Teknologi Industri Dan Hasil Pertanian*, 19(2), 289–296.