

Pengembangan Abon Berbahan Dasar Pangan Lokal Di Kelurahan Mamboro

Development of Floss Made From Local Food In Mamboro Village

^{1*)} Ansar, ²⁾ Rusli Maudu, ³⁾ Nuning Sri Febriyanti

^{1,2,3)}Program Studi DIII Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu
Jl. Thalua Konchi No. 19 Mamboro Barat Palu

*Email korespondensi: nuningsrifebriyanti14@gmail.com
No hp: +62 853 9933 1526

DOI:

-

Histori Artikel:

Diajukan:

8 Juli 2021

Diterima:

10 Agustus 2021

Diterbitkan:

26 Agustus 2021

ABSTRAK

Diversifikasi pangan berkonotasi pada adanya pilihan bahan pangan alternatif untuk mengurangi ketergantungan pada satu jenis pangan yang dominan. Fakta selama ini, jenis pangan dominan di Indonesia adalah beras. Oleh sebab itu, diversifikasi pangan menjadi salah satu strategi mencapai ketahanan pangan. Abon merupakan makanan yang umunya berbahan dasar daging sapi. Abon daging sapi sudah sering dijumpai namun mengkombinasi produk dari bahan pangan yang satu dengan bahan pangan yang lainnya masih jarang ditemukan. Mengkombinasi beberapa bahan pangan akan meningkatkan nilai gizi pada suatu produk makanan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah dan pengolahan abon dari berbagai berbahan pangan lokal. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan melakukan penyuluhan dan demonstrasi pembuatan abon berbahan pangan lokal. Hasil pre test menunjukkan bahwa 60% peserta dengan kategori tingkat pengetahuan kurang, 32% cukup dan 8% dengan kategori baik. Setelah mendapatkan penyuluhan, tingkat pengetahuan peserta meningkat yaitu 64% peserta dengan pengetahuan cukup dan 36% pengetahuan baik. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penyuluhan tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah dapat dipahami dan diterima oleh peserta.

Kata kunci: Abon; Pangan Lokal

ABSTRACT

Food diversification connotes the choice of alternative food ingredients to reduce dependence on one dominant type of food. So far, the dominant type of food in Indonesia is rice. Therefore, food diversification is one of the strategies to achieve food security. Shredded is a food that is generally made from beef. Shredded beef is often found, but combining products from one food ingredient with other foodstuffs is still rarely found. Combining several food ingredients will increase the nutritional value of a food product. This activity aims to increase participants' knowledge about the importance of consuming vegetables and fruit and processing shredded meat from various local food ingredients. This community service is carried out by conducting counseling and demonstrations of making shredded local food. The results of the pre test showed that 60% of the participants were in the category of poor knowledge level, 32% was sufficient and 8% were in the good category. After receiving counseling, the level of knowledge of participants increased, namely 64% of participants with sufficient knowledge and 36% of good knowledge. The conclusion of this activity is that counseling about the importance of consuming vegetables and fruit can be understood and accepted by participants.

Keywords: Floss; Local Food

PENDAHULUAN

Indonesia kaya akan sumber pangan lokal yang melimpah dan beranekaragam jenis yang sangat berpotensi untuk dikembangkan. Berbagai cara untuk menunjang program ketahanan pangan nasional dilakukan untuk memaksimalkan produksi dan konsumsi bahan pangan lokal menjadi prioritas pemerintah terutama dalam bidang diversifikasi. Diversifikasi pangan dilakukan dengan memperhatikan sumber daya lokal melalui peningkatan teknologi pengolahan dan produk pangan serta peningkatan kesadaran masyarakat untuk mengkonsumsi berbagai jenis pangan dengan gizi seimbang (Setyadi, 2016).

Pemerintah mengeluarkan Peraturan Presiden No. 22 tahun 2009 (Perpres, 2009) tentang Kebijakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Sumber Daya Lokal. Selain itu, dalam pedoman gizi seimbang masyarakat juga dianjurkan untuk mengonsumsi kelompok makanan yang beragam terdiri dari makanan pokok, lauk pauk (hewani dan nabati) serta sayur dan buah yang ditujukan untuk mencapai keberagaman gizi sehingga dapat meningkatkan kualitas gizi (Kemenkes RI, 2014).

Pola konsumsi pangan masyarakat yang masih kurang mengonsumsi salah satu dari makanan beragam tersebut seperti sayur dan buah terjadi pada penduduk umur > 5 tahun. Berdasarkan data Risesdas tahun 2013 (Kemenkes RI, 2013) proporsi konsumsi sayur dan buah kategori kurang yaitu 93,5% sedangkan untuk tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018) di Indonesia proporsi konsumsi sayur dan buah kategori kurang yaitu 95%. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan proporsi masyarakat yang kurang mengonsumsi sayur dan buah.

Faktor ekonomi seperti pendapatan yang terbatas mengakibatkan tidak mampu membeli pangan secara cukup, baik kuantitas maupun kualitas. Kurangnya tingkat pengetahuan ibu mengenai pentingnya makanan sebagai peningkatan derajat kesehatan menjadi fakto lainnya yang mengakibatkan kurangnya kualitas dan kuantitas makanan. Makanan

berperan penting untuk peningkatan derajat kesehatan dan kecerdasan, yang diperlukan dalam peningkatan kualitas sumber daya manusia (Hardono, 2016).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan penulis, di Sulawesi Tengah pada umumnya banyak bahan pangan yang dapat dijumpai seperti ikan duo, pepaya, ubi jalar dan labu kuning yang banyak mengandung sumber zat gizi. Berdasarkan Tabel Komposisi Pangan Indonesia, seperti pada ikan duo yang memiliki kandungan gizi pada protein dan fosfor yang tinggi, pada labu kuning memiliki kandungan gizi pada Natrium, Tembaga dan Seng, pada ubi jalar memiliki kandungan gizi pada Karbohidrat dan Serat yang tinggi serta pada buah pepaya yang memiliki kandungan gizi pada kalsium dan kalium.

Salah satu hasil pengolahan dari pangan lokal yang terkenal di masyarakat adalah abon. Abon tersebut biasanya terbuat dari daging sapi atau bahan lain seperti jantung pisang. Akan tetapi, abon tersebut masih mempunyai kekurangan dalam kandungan gizinya, seperti pada abon daging sapi dalam 100 gr menunjukkan bahwa masih kurangnya kandungan vitamin A (Saraswati, 2015).

Salah satu modifikasi abon yang dapat dibuat yaitu dari berbagai bahan pangan lokal (pepaya, labu kuning, ubi jalar kuning dan ikan duo). Selain untuk meningkatkan nilai gizi dari produk makanan, abon juga merupakan salah satu makanan yang memiliki daya simpan yang cukup lama. Oleh karena itu, diperlukan pemanfaatan teknologi pangan yang dapat meningkatkan nilai gizi dari bahan pangan tersebut sehingga dapat menjadi produk pangan yang bergizi dan tahan lama.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Kampus Politeknik Kesehatan Kementerian Palu dengan cara memberikan penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah kepada para ibu-ibu (25 orang) kemudian disertai dengan presentasi pembuatan berbagai macam Abon berbahan pangan lokal (Pepaya, Labu Kuning, Ubi Jalar Kuning dan Ikan Duo). Kemudian setiap ibu diberikan sampel

untuk mencicipi Abon berbahan pangan lokal (Pepaya, Labu Kuning, Ubi Jalar Kuning dan Ikan Duo) lalu memberikan penilaian terhadap rasa, warna, aroma, dan tekstur. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis, Tanggal 6 Februari 2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka pemberian peningkatan pengetahuan mengenai gizi seimbang di posyandu Ratora di Kampus Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu. Ibu balita yang hadir berjumlah 25 orang. Hasil penerimaan organoleptik untuk Abon berbahan pangan lokal (Pepaya, Labu Kuning, Ubi Jalar Kuning dan Ikan Duo) digambarkan dalam tabel 1 berikut.

Tabel 1. Nilai rerata hasil organoleptik Abon Berbahan Pangan Lokal tahun 2020

Parameter	Skor Rerata	Standar Deviasi	Penerimaan Panelis
Cita rasa	3,20	0,913	Diterima
Warna	3,12	0,971	Diterima
Tekstur	3,12	0,726	Diterima
Aroma	3,36	1,036	Diterima

Berdasarkan rerata hasil penilaian panelis pada Tabel 1 tersebut, pada parameter aroma memiliki skor rerata yang paling tinggi diantara yang lainnya yaitu 3,36 sedangkan untuk parameter warna dan tekstur memiliki skor rerata yang sama yaitu 3,12 dan untuk parameter cita rasa memiliki skor rerata yaitu 3,20. Berdasarkan kriteria objektif jika skor rerata $\geq 3,0$ maka dapat dikatakan parameter tersebut diterima oleh panelis.

Sebagian besar panelis menyukai produk abon tersebut. Namun, ada juga yang menyebutkan bahwa rasa abon tersebut masih pahit, hal ini dipengaruhi oleh bahan yang terdapat dalam produk abon seperti buah pepaya yang masih muda yang mana mempunyai rasa cenderung agak pahit dan juga selera dari masing-masing individu yang berbeda. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian pada abon ayam dengan penambahan buah pepaya yang dilakukan oleh (Rani, 2018) yang mana pada hasil

penilaiannya cita rasa pada abon tersebut disukai karena dipengaruhi oleh adanya berbagai bumbu-bumbu dan rempah-rempah yang dapat meningkatkan cita rasa pada makanan.

Warna kecoklatan terjadi akibat dari suhu dan lama proses penggorengan dan juga dipengaruhi adanya berbagai macam kandungan makanan, seperti karbohidrat, lemak dan protein serta dikarenakan bahan yang terdapat dalam produk tersebut seperti buah pepaya, labu kuning, ubi jalar kuning dan ikan duo yang merupakan bahan yang mudah kering oleh pemanasan sehingga mudah berubah warna (Rani, 2018).

Pembentukan warna kecoklatan yang terjadi juga disebabkan oleh reaksi mailard yaitu reaksi asam amino dengan gula pereduksi pada saat pemanasan berlangsung. Gula mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan warna dimana saat dipanaskan akan bereaksi dengan asam amino dan membentuk warna menjadi coklat (Rani, 2018).

Tekstur abon tersebut masih kurang kering. Hal itu dipengaruhi oleh masih terdapatnya kandungan minyak yang disebabkan proses pengepresan masih menggunakan cara manual tidak menggunakan alat modern seperti spinner dan juga kandungan air yang terdapat pada bahan pangan didalamnya yaitu buah pepaya, labu kuning dan ubi jalar kuning. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian pada abon jantung pisang (Ramadhani, 2016) yang mana pada teksturnya masih kurang kering/renyah.

Pada parameter aroma ini juga merupakan parameter yang paling tinggi nilai skor reratanya dibandingkan dengan yang lain. Hal ini dikarenakan aroma sedap yang timbul pada makanan disebabkan oleh bahan makanan, cara memasak dan bahan yang ditambahkan. Bahan tambahan seperti rempah-rempah mampu menutupi rasa ataupun aroma yang tidak disukai bahkan dapat menguatkan rasa serta aroma bahan makanan yang tidak diinginkan (Rani, 2018). Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian pada abon ayam

dengan penambahan buah pepaya yang dilakukan oleh (Rani, 2018).

Penyuluhan gizi seimbang dilakukan untuk membantu peningkatan pengetahuan ibu, materi yang diberikan lebih khusus lagi mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang

Tingkatan pengetahuan	Pre	Post
Kurang	15	0
Cukup	8	16
Baik	2	9

Berdasarkan Tabel 2. Diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki pengetahuan yang kurang terkait pentingnya konsumsi sayur dan buah (60%), peserta dengan pengetahuan yang cukup berjumlah 8 orang (32%) dan pengetahuan baik 2 orang (8%). Setelah mengikuti penyuluhan, tidak ada peserta yang memiliki pengetahuan kurang. Peserta dengan pengetahuan cukup berjumlah 16 orang (64%) dan pengetahuan baik berjumlah 9 orang (36%). Secara umum masalah kurangnya konsumsi sayur dan buah dimungkinkan karena masyarakat khususnya ibu-ibu belum mengetahui 4 pilar gizi seimbang. Partisipasi ibu dalam merencanakan menu untuk dikonsumsi dirumah. Selanjutnya disarankan untuk peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pengolahan dan pemanfaatan bahan pangan lokal untuk pemenuhan kebutuhan gizi keluarga.

SIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dan produk Abon berbahan pangan lokal (Pepaya, Labu Kuning, Ubi Jalar Kuning dan Ikan Duo) diterima.

DAFTAR PUSTAKA

Hardono G S. 2016. *Strategi Pengembangan Diversifikasi Pangan Lokal*. *Jurnal*

Analisis Kebijakan Pertanian, 12(1): 3-9.

Kemendes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.

Kemendes RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.

Kemendes RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.

Peraturan Menteri Kesehatan. 2019. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta.

Perpres. 2009. *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2009 tentang Kebijakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Sumber Daya Lokal*. Sekretariat Kabinet. Jakarta.

Ramadhani S A. 2016. *Pengembangan Abon Jantung Pisang Sebagai Produk Pangan Lokal Tinggi Serat dan Uji Daya Simpan serta Daya Terimanya pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Palu*. Karya Tulis Ilmiah. Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu.

Rani, A. 2018. *Pengaruh Penambahan Pepaya (Carica Papaya L.) Terhadap Kualitas Abon Ayam (Gallus gallus domestica)*. *IEEE Communications Surveys and Tutorials* 15(4): 2046–2069.

Saraswati I A P D. 2015. *Eksperimen pembuatan abon kulit pisang dari jenis kulit yang berbeda dan pengaruhnya terhadap kualitas abon kulit pisang*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. Fakultas Teknik Universitas Negeri Semarang.

Setyadi D A. 2016. *Pengaruh Jenis Tepung Pisang (Musa paradisiaca) dan Waktu Pemanggangan Terhadap Karakteristik Banana Flakes*. Tugas Akhir. Program Studi Teknologi Pangan Fakultas Teknik Universitas Pasundan Bandung.