

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT BEBASIS TEKNOLOGI PENGOLAHAN PANGAN LOKAL SUKUN MENJADI FETTUCCINI

Mahdiyah, Efrina

Progran Studi Tata Boga, Fakultas Teknik

Universitas Negeri Jakarta

mahdiyah.unj@gmail.com, efrina_s@yahoo.com

Abstract

Fettuccini is a type of pasta, the process starts with mixing, roll press, steaming, roll press, forming and cutting. The ingredients for making Fettuccini pasta use semolina flour or use medium protein flour as imported food. The optimal use of local foodstuffs to substitute for imported food is a government program that we should appreciate. Breadfruit is a local food ingredient that is found in almost all regions of Indonesia. Breadfruit is a local food ingredient that is found in almost all regions of Indonesia. Breadfruit can be further processed into fettuccini by the community using science and technology through Community Service activities. The output of this activity is food diversification in the form of healthy food products in the form of fettuccini. The activities carried out consisted of stages 1) Delivery of material information; 2) Preparation and preparation of formulas; 3) Implementation of entrepreneurial training in the practice of making fettuccini; and 4) Product evaluation and discussion. The purpose of this community service activity (PKM) is community empowerment in developing local food products, processing breadfruit into fettucini as delicious and nutritious food, training an entrepreneurial spirit, so as to increase family economic income. The results of this PKM activity were assessed by the participants, especially the creative youth, that the way of delivery and the suitability of the material, the process of making Fettuccine, the duration generally described a positive value and gave a high level of satisfaction. So that there is a desire to do similar activities again.

Keywords: formula; breadfruit local food; fettuccini

Abstrak

Fettuccini merupakan jenis pasta, prosesnya dimulai dengan pencampuran, roll press, steaming, roll press, pembentukan dan pemotongan. Bahan pembuatan pasta Fettuccini menggunakan tepung semolina atau menggunakan tepung terigu berprotein sedang sebagai pangan import. Penggunaan bahan pangan lokal secara optimal untuk pengganti pangan import merupakan program pemerintah yang seharusnya kita apresiasi. Sukun merupakan salah satu bahan pangan lokal yang ditemui hampir di seluruh daerah Indonesia. Sukun merupakan salah satu bahan pangan lokal yang ditemui hampir di seluruh daerah Indonesia. Sukun dapat diolah lebih lanjut menjadi fettuccini oleh masyarakat menggunakan iptek melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat. Luaran kegiatan ini adalah diversifikasi pangan berupa produk pangan yang sehat berupa fettuccini. Kegiatan yang dilakukan terdiri dari tahap 1) Penyampaian informasi materi; 2) Persiapan dan pembuatan formula; 3) Pelaksanaan pelatihan kewirausahaan praktik pembuatan fettuccini; dan 4) Evaluasi produk dan diskusi. PKM ini dilaksanakan secara online pada tanggal 7 Agustus 2020 sekaligus mengisi kegiatan Kementerian Pemuda dan Olahraga (Kemenpora-RI) dengan tema Pelatihan Kreativitas Pemuda Bidang Kuliner. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat (PKM) ini adalah pemberdayaan masyarakat dalam pengembangan produk pangan lokal, pengolahan sukun menjadi fettucini sebagai makanan enak dan bergizi, melatih jiwa kewirausahaan, sehingga dapat meningkatkan penghasilan ekonomi keluarga. Hasil kegiatan PKM ini dinilai peserta terutama para pemuda kreatif, bahwa cara penyampaian dan kesesuaian materi, proses pembuatan Fettuccine, durasi secara umum menggambarkan nilai positif dan memberi tingkat kepuasan yang tinggi. Sehingga ada keinginan dilakukan kembali kegiatan sejenis.

Kata Kunci: formula; pangan lokal sukun; fettuccini

1. PENDAHULUAN (Introduction)

Pemanfaatan potensi daerah secara optimal merupakan salah satu inovasi yang tepat guna. Sukun merupakan salah satu produk pertanian yang banyak ditemui di hampir seluruh wilayah di Indonesia. Tanaman sukun berasal dari daerah New Guinea Pasifik yang kemudian dikembangkan di Indonesia. Keistimewaan dari tanaman ini adalah sukun dapat dipanen sepanjang waktu, hingga tak perlu menunggu musim tertentu.

Beberapa penelitian mengenai pasca panen sukun sudah dilakukan diantaranya dengan cara dibuat menjadi tepung sukun. Tepung sukun mengandung sekitar 80% karbohidrat dan energi 302 kalori/100 gram (Widowati, 2009). Tepung sukun dapat dibuat menjadi mie (Biyumna, Windrati, & Diniyah, 2017), pancake (Rosipah, Burhan, & Purwandari, 2013), dan cookies (Sitohang, 2015). Akan tetapi kelemahan dari tepung sukun adalah bau khas sukun sudah hilang dan pembuatan tepung sukun sulit diaplikasikan ke masyarakat umum. Oleh karena itu penelitian tim peneliti dari program studi Tata Boga telah melakukan serangkaian penelitian tentang pemanfaatan sukun dalam bentuk puree. Kelebihan dari pemanfaatan sukun dengan bentuk puree adalah rasa dan aroma sukun yang masih terasa serta teknologi yang digunakan lebih sederhana daripada pembuatan tepung sehingga mudah untuk pengaplikasiannya ke masyarakat umum.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, substitusi pure sukun pada pembuatan mie menambah kadar serat dan karotenoid mie basah (Manurung & Simanjuntak, 2018). Penelitian Mahdiyah, Cahyana, & Nurhayati (2018) pure sukun yang ditambahkan ke dalam pembuatan fettucine, diketahui bahwa berdasarkan uji kualitas komposisi terbaik untuk penambahan pure sukun adalah 60 % (Mahdiyah, Cahyana, & Nurhayati, 2018).

Tujuan pelatihan pembuatan produk pasta berbasis sukun sebagai pangan lokal penunjang ketahanan pangan. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan secara daring bekerjasama dengan Kementerian Pemuda dan Olahraga RI, merupakan sebuah kegiatan untuk memberikan pelatihan diversifikasi pangan bagi masyarakat. Pelatihan ini mudah dilakukan dan membantu peningkatan keterampilan, semangat dan jiwa kewirausahaan masyarakat terutama bagi para pemuda kreatif sebagai roda penggerak perekonomian dengan membuat usaha bersama.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Pasta merupakan satu jenis makanan pokok dari kelompok mie yang berasal dari Eropa dan khususnya sudah lama banyak dikembangkan di daerah Italia. *Fettuccine* merupakan salah satu jenis pasta yang berukuran panjang dan agak lebar sehingga biasa juga disebut dengan mie pipih atau gepeng. Menurut Croce (2000), fettucine dibuat dari campuran tepung terigu dengan telur yang diuleni hingga kalis lalu melalui tahap pemipihan hingga ketebalan 1 mm dan dicetak melalui *pasta machine*. Menurut U.S Department of Agriculture (SR LEGACY, 169736), berbagai jenis pasta seperti spaghetti, fettucini, fusilli, ravioli, makaroni mempunyai kandungan gizi yang sama. Yang membedakan adalah teknik pencetakannya. Kandungan gizi dalam 100 gram pasta segar (USDA, 2019).



Gambar 2.1. Fettuccini

Tanaman sukun (*Artocarpus altilis* Park.) dapat digolongkan menjadi sukun yang berbiji disebut *breadnut* dan yang tanpa biji disebut *breadfruit*. Sukun tergolong tanaman tropik sejati, tumbuh paling baik di dataran rendah yang panas, juga dapat tumbuh di daerah yang sangat kering. Sukun bahkan dapat tumbuh baik di pulau karang dan di pantai, juga pada musim kering, sukun dapat tumbuh dan berbuah dengan lebat (Koswara, 2006). Selain itu sukun merupakan salah satu sumber karbohidrat dengan kandungan mineral dan vitamin yang lebih lengkap. Sukun juga merupakan pangan Fungsional karena mengandung senyawa aktif *alkaloid* dan *saponin*, sebagai zat senyawa aktif yang banyak digunakan dalam pengobatan. Komposisi zat gizi buah sukun dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2.1. Komposisi Zat Gizi Sukun Muda dan Sukun Tua

Zat Gizi	Sukun Muda	Sukun Tua
Energi (kal)	46	108
Protein (gram)	2,0	1,3
Lemak (gram)	0,7	0,3
Karbohidrat (gram)	9,2	28,2
Serat (gram)	2,2	-
Abu (gram)	1,0	0,9
Kalsium (mg)	59	21
Fosfor (mg)	46	59
Zat Besi (mg)	-	0,4
Vitamin B1 (mg)	0,12	0,12
Vitamin B2 (mg)	0,06	0,06
Vitamin C (mg)	21	17
Air (gram)	82,1	69,3

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat dilakukan secara daring, bekerjasama dengan Kementerian Pemuda dan Olahraga RI. Kegiatan PKM memberikan pelatihan bagi masyarakat khususnya pemuda kreatif dengan menggunakan bahan pangan lokal sukun yang berlimpah di hampir seluruh daerah di Indonesia dan belum dimanfaatkan secara optimal. Kegiatan telah dilaksanakan pada bulan Agustus 2020 dengan format pelaksanaan menggunakan pelatihan dengan teknik yang praktis dan mudah dilaksanakan. Dalam kegiatan, bahan pangan lokal Sukun dibuat menjadi pasta bentuk fettuccini.

Kemudian pasta fettuccine dilengkapi dengan saus Alfredo yang sudah dimodifikasi, sebagai makanan yang mudah dibuat dalam skala rumah tangga namun bergizi tinggi.

Kegiatan PKM ini dilaksanakan dengan menyampaikan informasi, prosedur, peralatan dan bahan lengkap dalam bentuk leaflet.



Gambar 3.1. Leaflet Informasi Prosedur Lengkap

Pada pelaksanaan PKM Bentuk kerjasama yang dilakukan pihak UNJ dengan Kemenpora, dilaksanakan dalam kegiatan seperti berikut:



Gambar 3.2 a) Flyer dan b) Pelaksanaan Pelatihan Daring

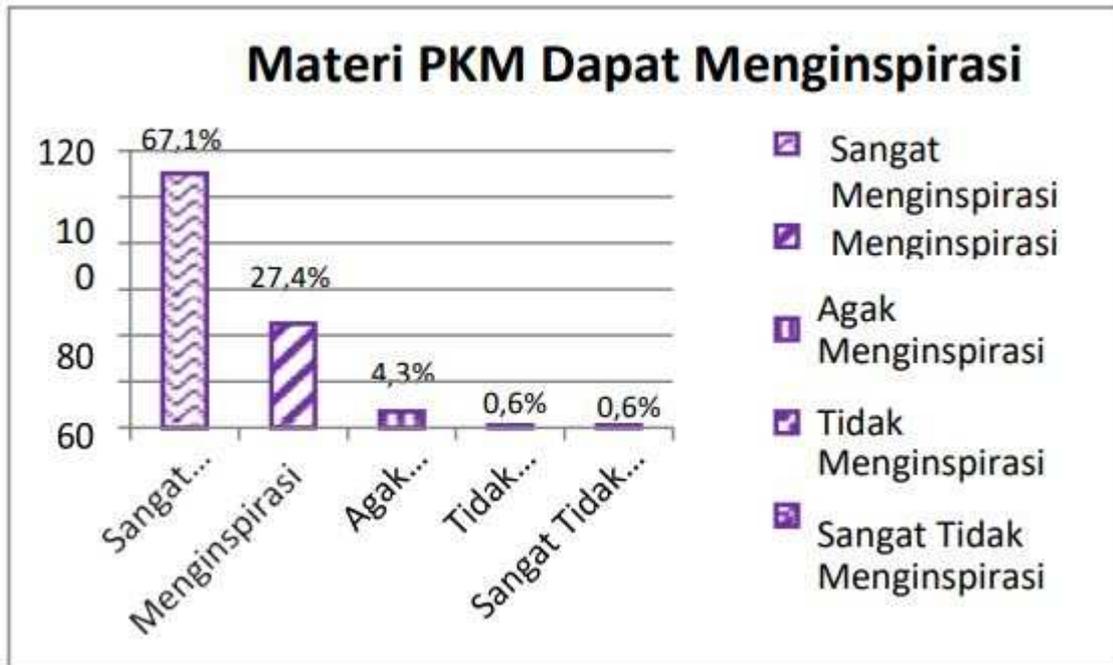
4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Pelaksanaan PKM Fettuccini merupakan kegiatan pelatihan melalui daring yang diminati oleh masyarakat, menggunakan instrument kuesioner terbukti dihadiri 164 orang peserta, diantaranya 74 orang (45,1 persen) laki-laki dan 90 orang (54,9 persen) lainnya perempuan. Kebanyakan dari peserta berusia sekitar 17 hingga 30 tahun.

Materi yang disampaikan dalam pelaksanaan PKM ini sudah baik. Hal ini dibuktikan dari pernyataan sebanyak 103 orang (62,8 persen) peserta PKM yang menilai bahwa materi tersebut sudah sangat baik. Sedangkan 54 orang (32,9 persen) peserta lainnya menilai materi yang disampaikan baik.

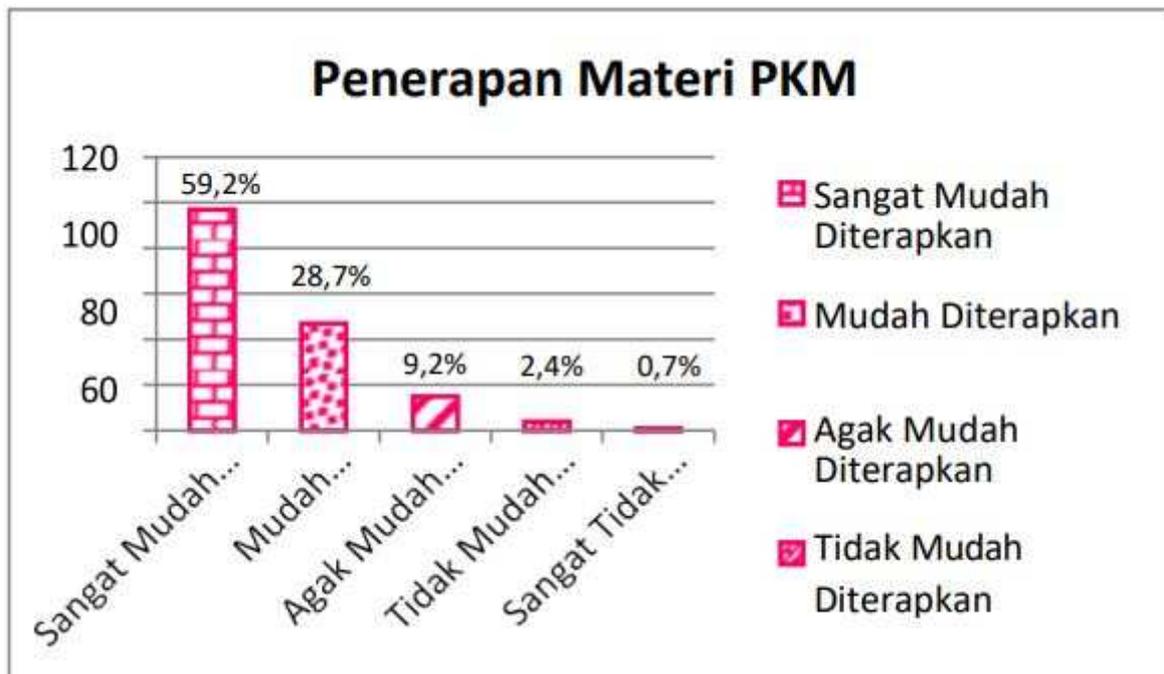
Sebanyak 83 orang (50,6 persen) peserta berpendapat bahwa materi yang diberikan sudah sangat sesuai. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa materi PKM yang diberikan sudah sejalan dengan tema PKM yang direncanakan.

Setelah pelaksanaan PKM melalui daring ini selesai dilaksanakan, 110 orang (67,1 persen) peserta menyatakan sangat terinspirasi dengan materi mengenai fettuccine puree sukun ini. Sebanyak 47 orang (27,4 persen) lainnya menyampaikan kalau materinya menginspirasi, sebagaimana tergambar pada grafik berikut.



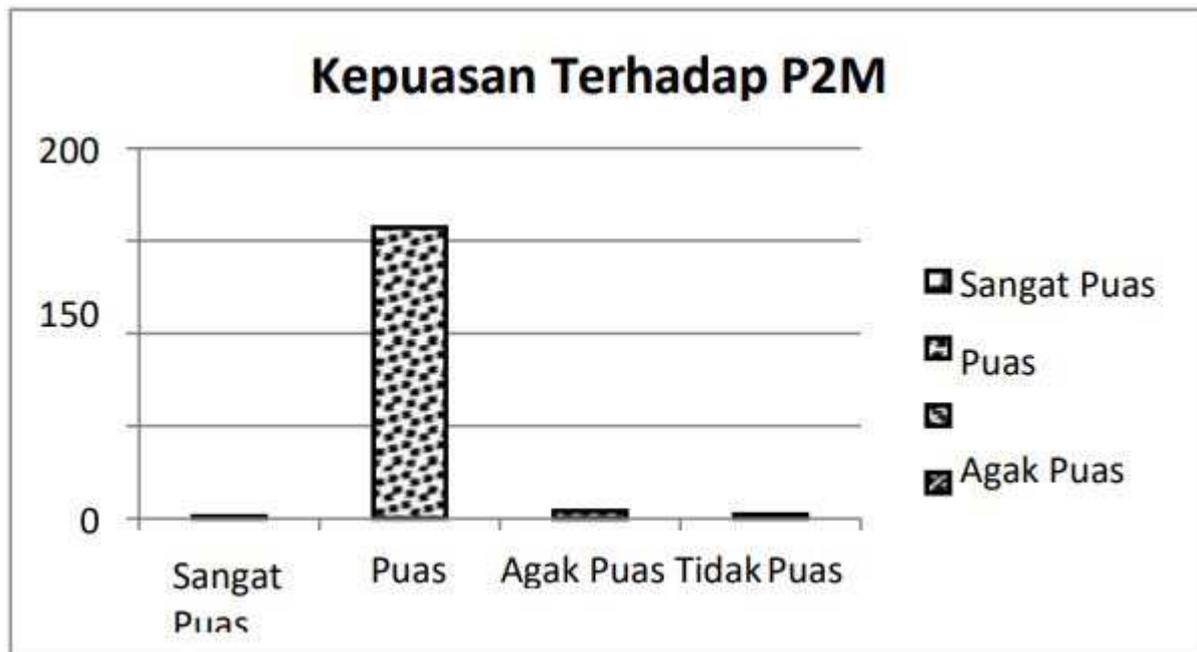
Gambar 4.1. Grafik Materi PKM Dapat Menginspirasi

Berdasarkan penilaian tentang penerapan materi PKM yang disampaikan, bahwa dari 164 orang peserta, maka sebanyak 97 orang (59,2 persen) di antaranya berpendapat bahwa proses pembuatan fettuccine puree sukun ini sangat mudah dan sebanyak 47 orang (28,7 persen) menyatakan mudah untuk dipraktekkan kembali.



Gambar 4.2. Grafik Materi PKM Dapat Menginspirasi

Penilaian tentang kepuasan peserta terhadap materi PKM yang disampaikan, bahwa dari 164 orang peserta, terdapat sebanyak 157 orang (95,7 persen) peserta memberikan penilaian Puas terhadap pelaksanaan secara keseluruhan kegiatan PKM ini.



Gambar 4.3. Grafik Materi PKM Dapat Menginspirasi

Demikian juga hasil isian instrument yang diberikan sebagai penilaian atau respon peserta tentang kegiatan PKM terhadap isi materi, kesesuaian materi, penyampaian proses pembuatan Fettuccine, cara penyampaian materi, durasi, dan keinginan dilakukan kembali kegiatan sejenis, secara umum menggambarkan nilai positif yang tinggi terhadap pelaksanaan PKM ini.

5. KESIMPULAN DAN SARAN (*Conclusions and Recommendations*)

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan secara daring bekerjasama dengan Kementerian Pemuda dan Olahraga RI, bertujuan memberi pelatihan bagi masyarakat khususnya pemuda kreatif, sangat tepat karena memanfaatkan lebih optimal bahan pangan lokal. Kegiatan PKM pembuatan fettuccine Sukun dengan saus Alfredo sebagai makanan kekinian bergizi tinggi dinilai mudah dibuat dalam skala rumah tangga. Produk ini sangat memberi peluang dimanfaatkan sebagai lahan usaha untuk meningkatkan ekonomi keluarga. Melihat respon sangat positif dan antusias peserta pelatihan, maka program PKM ini, dinilai bermanfaat dan seharusnya dilaksanakan rutin dengan persiapan yang lebih baik berkolaborasi dengan Kemenpora dan juga Instansi lain.

Kesimpulan ini didukung juga oleh hasil survey yang membuktikan bahwa peserta begitu semangat dan memberi penilaian positif, baik dari aspek penilaian isi materi, proses pengolahan, manfaat pelatihan, cara penyampaian materi, kesesuaian materi dan kepuasan yang diperoleh peserta yang dinilai berdasarkan kuesioner yang langsung diisi peserta.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Biyumna, U. L., Windrati, W. S., & Diniyah, N. 2017. Karakteristik Mie Kering Terbuat Dari Tepung Sukun (*Artocarpus altilis*) dan Penambahan Telur. *Jurnal Agroteknologi*, 11(1), 23. <https://doi.org/10.19184/j-agt.v11i1.5440>
- BKP. 2019. *Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian*. Retrieved from Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian: <http://bkp.pertanian.go.id/pengembangan-industri-pangan-lokal-piopl>
- Boham, G., Koapha, T., & Moningka, J. 2015. Karakteristik Fisikokimia dan Sensoris Mie Basah Berbahan Baku Tepung Sukun (*Arthocarpus altilis fosberg*) dan Tepung Labu Kuning (*Curcubitha moschata durch*). *Cocos. Jurnal Ilmiah Fakultas Pertanian Universitas Sam Ratulangi*, Vol 6 No 13.
- BPS. 2017. *Statistik Tanaman Buah-Buahan dan Sayuran Tahunan Indonesia*. Jakarta: BPS.
- Effendi, Z., & et.al. 2016. Sifat Fisik Mie Basah Berbahan Dasar Tepung Komposit Kentang. *Jurnal Agroindustri*, Vol 6 No 2, 57-64.
- Mahdiyah, M., Cahyana, C., & Nurhayati, S. N. 2018. Pengaruh Penambahan Pure Sukun (*Artocarpus communis*) Pada Pembuatan Pasta Segar Fettucine Terhadap Daya Terima Konsumen. *Jurnal Sains Boga*, 1(1), 28-32. <https://doi.org/10.21009/jsb.001.1.05>
- Manurung, H., & Simanjuntak, R. 2018. Kajian Substitusi Terigu Dengan Pasta Sukun (*Arthocarpus altilis fosberg*) dan Pasta Labu Kuning (*Cucurbita moschata durch*) Pada Pembuatan Mi Basah. *Teknologi Pangan Dan Hasil Pertanian*, 1(2).
- Mayasti, N. K., Ushada, M., & Ainuri, M. 2018. Analisa Mutu Produk Spageti Berbasis Tepung Beras, Jagung, Mocaf dan Kedelai. *Jurnal Pangan Vol 7 No 2*, 129-140.
- Rosipah, S., Burhan, & Purwandari, U. 2013. Preferensi Konsumen Terhadap Pancake Dari Tepung Sukun. *Argointek*, 7(1), 53-58.
- Sitohang, K. A. K. 2015. *Pengaruh Perbandingan Jumlah Tepung Terigu Dan Tepung Sukun Dengan Jenis Penstabil Terhadap Mutu Cookies Sukun*. Retrieved from <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/48010>
- USDA. 2019. *usda.gov*. Retrieved from <https://fdc.nal.usda.gov/fdc-app.html#/food-details/169736/nutrients>