

RINGKASAN
Upaya Diversifikasi Konsumsi Pangan Berbasis Bahan Pangan Lokal Di Desa Salam, Patuk, Gunung Kidul

Abstrak

Lili Sugiyarto, Siti Umniyatie, Paramita C.K.

lili_sugiyarto@uny.ac.id

Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan menumbuhkan semangat untuk mencintai dan memanfaatkan bahan pangan lokal (singkong, jagung manis dan alpukat) yang sudah ada melalui upaya diversifikasi pangan. Dan memberikan pelatihan pembuatan tepung fermentasi berbahan dasar singkong dan beberapa jenis resep makanan. Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu warga RT 16 Des Salam, Patuk, Gunung Kidul sebanyak 28 peserta. Metode kegiatan ini adalah pemberian materi oleh tim pengabdian tentang pentingnya upaya diversifikasi konsumsi pangan berbasis bahan pangan lokal yang ada di Desa Salam, Patuk, Gunung Kidul, memberikan beberapa resep kue berbahan singkong, jagung manis dan alpukat, praktek pembuatan tepung fermentasi berbahan singkong dan pembuatan 1 resep kue. Pemberian angket dilakukan untuk mengetahui pengetahuan peserta tentang materi dan pelatihan yang akan diberikan. Hasil angket menunjukkan Semua peserta (100%) belum tahu tentang tepung fermentasi dari singkong dan belum pernah praktek membuat tepung tersebut. Setelah pelatihan semua peserta (100%) telah paham tentang cara pembuatan tepung fermentasi berbahan singkong dan manfaatnya. Para peserta juga sangat antusias dalam mengikuti pelatihan. Tepung yang dihasilkan juga memiliki warna, tekstur dan rasa yang tidak kalah seperti tepung terigu yang dijual di pasaran. Para peserta diharapkan dapat mengembangkan pembuatan tepung fermentasi berbahan singkong dan resep-resep kue berbasis bahan pangan lokal yang ada sehingga dapat membantu menambah pendapatan keluarga.

Kata kunci : diversifikasi konsumsi, bahan pangan lokal, tepung fermentasi

1. Analisis Situasi

Desa Salam di Kecamatan Patuk, Gunung Kidul merupakan salah satu wilayah yang sebagian besar mata pencaharian penduduknya adalah sebagai petani, sedangkan pekerjaan ibu-ibu di daerah tersebut kebanyakan sebagai ibu rumah tangga. Kondisi tanah di Gunungkidul sangat cocok untuk pengembangan tanaman palawija, seperti jagung manis, singkong, dll. Hasil kebun di Desa Salam, selain jagung manis dan singkong, juga dihasilkan alpukat yang hingga saat ini belum dimanfaatkan secara

maksimal. Singkong merupakan salah satu tanaman yang paling banyak dan sering di tanam oleh para petani, walaupun dari segi pengolahan pasca panennya belum maksimal. Selama ini singkong yang dipanen masih terbatas untuk pembuatan gaplek dan sawut yang secara ekonomis juga harganya masih sangat murah. Sehingga perlu ada peningkatan pengetahuan dan ketrampilan tentang cara pengolahan untuk peningkatan gizi dan nilai ekonomi untuk meningkatkan pendapatan keluarga. Selain singkong, bahan pangan lokal lain yang bisa dikembangkan dalam pengolahannya adalah jagung manis. Jagung manis yang kebanyakan dikonsumsi dalam bentuk jagung bakar dan bakwan jagung, perlu juga dilakukan diversifikasi pengolahannya. Ditinjau dari segi kesehatan, jagung bakar juga berbahaya bagi kesehatan karena dari proses pembakaran, arang yang menempel pada jagung tidak baik untuk kesehatan. Selain jagung manis dan singkong, alpukat juga dihasilkan di desa Salam, walaupun belum dimanfaatkan secara maksimal karena hanya dikonsumsi biasa. Sehingga perlu adanya pengenalan alternatif pengolahan bahan pangan lokal.

2. Landasan Teori

Pangan adalah kebutuhan yang paling mendasar suatu bangsa. Populasi yang besar dan terus meningkat tentu menjadi tantangan yang serius bagi upaya pemenuhan kebutuhan pangan nasional. Meskipun Indonesia masih tercukupi untuk bahan pangan pokok seperti beras dan jagung, tetapi ketergantungan pada beras dan bahan pangan impor perlu ditanggapi lebih serius untuk mendapatkan ketahanan pangan yang lebih stabil dalam jangka panjang. Keragaman sumberdaya alam dan keanekaragaman hayati yang dimiliki Indonesia merupakan potensi yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung peningkatan konsumsi masyarakat menuju pangan yang beragam dan bergizi seimbang. Berbagai macam sumber pangan lokal dan makanan tradisional yang dimiliki oleh seluruh wilayah, masih dapat dikembangkan untuk memenuhi keanekaragaman pangan masyarakat pada wilayah yang bersangkutan. Kesulitan yang dapat muncul dalam mengembangkan budaya diversifikasi pangan adalah pandangan yang berbeda-beda terhadap jenis makanan tertentu. Sebagai contoh, bagi masyarakat Indonesia, beras merupakan sumber karbohidrat yang secara sosial-ekonomi lebih bisa diterima, sedangkan ubi, singkong, sagu dan sukun dianggap sebagai sumber karbohidrat dengan 'status sosial' yang lebih rendah. Alternatif sumber karbohidrat yang diterima masyarakat Indonesia secara lebih luas adalah kentang dan gandum, yang diasosiasikan dengan pangan negara maju. Akan tetapi kedua bahan pangan

tersebut hanya cocok untuk dibudidayakan di wilayah yang terbatas di Indonesia (Lakitan, 2010).

3. Identifikasi dan Prumusan Masalah

Permasalahan yang diidentifikasi dari hasil survei dan observasi adalah :

- a. Perlu adanya pelestarian beberapa hasil ladang sebagai sumber pangan lokal yang belum dimanfaatkan secara maksimal mengingat masih banyak keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah.
- b. Perlu adanya pengenalan dan pelatihan berkaitan dengan pembuatan tepung yang difermentasi berbahan dasar singkong, mengingat singkong banyak dihasilkan di desa Salam, Patuk, Gunung Kidul.
- c. Perlu adanya pengenalan diversifikasi pangan (jagung manis dan alpukat) berbasis bahan pangan lokal selain untuk peningkatan gizi juga untuk membantu ekonomi keluarga

4. Tujuan Kegiatan

Tujuan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah :

- a. Menumbuhkan semangat untuk mencintai dan memanfaatkan bahan pangan local (jagung manis, singkong dan alpukat) yang sudah ada melalui upaya diversifikasi pangan
- b. Memberikan pelatihan pembuatan tepung fermentasi berbahan dasar singkong dan beberapa jenis resep makanan

5. Manfaat Kegiatan

Manfaat Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah :

- a. Menambah wawasan ibu-ibu di wilayah sasaran tentang upaya diversifikasi pangan berbasis bahan pangan lokal pengolahan singkong menjadi tepung fermentasi dan manfaatnya
- b. Menambah skill atau ketrampilan ibu-ibu tentang teknik pengolahan bahan pangan lokal yang ada (jagung manis, singkong dan alpukat)
- c. Menumbuhkan keinginan menggunakan bahan pangan yang ada sebagai pengganti beras dan terigu dan minat untuk berwirausaha

6. Kerangka Pemecahan Masalah

Mengingat upaya diversifikasi pangan berbasis bahan pangan lokal sangat penting untuk dikembangkan, karena dapat meningkatkan ekonomi keluarga. Sehingga perlu adanya pendekatan kepada masyarakat yang di daerahnya memang dihasilkan beberapa jenis bahan pangan lokal sebagai pengganti beras yang

mempunyai prospek untuk dikembangkan menuju ketahanan pangan yang berkelanjutan. Bagi masyarakat Indonesia secara umum, pengetahuan mengenai berbagai pilihan bahan pangan yang tetap bergizi dan berbasis lokal akan lebih bermanfaat dalam mendorong konsumsi masyarakat Indonesia ke bahan pangan lokal. Dalam kehidupan sehari-hari, masyarakat sering dihadapkan pada permasalahan tentang naiknya harga atau kelangkaan bahan pokok tertentu karena tidak bisa secara luas dihasilkan di Indonesia. Upaya diversifikasi pangan berbasis bahan pangan lokal perlu dikembangkan untuk tujuan ketahanan pangan nasional yang berkelanjutan. Hal ini untuk mengurangi permasalahan beberapa bahan pokok yang harus impor dari luar negeri, sehingga perlu adanya pengembangan beberapa komoditas pangan lokal. Diversifikasi pangan dengan memanfaatkan bahan pangan lokal seperti jagung amnis, singkong dan alpukat sebagai pengganti nasi atau gandum sudah sering dilakukan, akan tetapi dengan adanya peningkatan pemberdayaan bahan pangan lokal melalui diversifikasi pangan dapat digunakan untuk berbagai produk olahan maupun sebagai pengganti beras seperti yang sudah dilakukan oleh Subagio dkk. (2012).

7. Khalayak Sasaran

Program Pengabdian Kepada Masyarakat ini ditujukan kepada ibu-ibu di Desa Salam, Patuk, Gunung Kidul. Di Desa tersebut terdapat RT 16 yang terdiri dari 30 kepala Keluarga. Dalam RT 16 terdapat keluarga dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah dan ibu-ibu yang tidak bekerja di luar rumah. Program pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan mampu membantu memberdayakan ekonomi keluarga melalui peran para ibu rumah tangga di dusun tersebut dengan memanfaatkan bahan baku singkong. Dalam jangka panjang usaha pemanfaatan bahan pangan lokal yang ada bisa memunculkan unit usaha di daerah tersebut yang dapat membantu meningkatkan kesejahteraan warga setempat.

8. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian materi, praktek secara langsung, dan pendampingan. Pemberian materi dilakukan di Rumah Kepala RW 5, Desa Salam, Patuk Gunung kidul., dengan materi tentang diversifikasi pangan bahan lokal untuk mengenalkan berbagai pilihan alternatif sumber pangan dan mengenalkan beberapa contoh diversifikasi pangan berbasis bahan lokal yang ada di Desa Salam, Patuk, Gunung Kidul. Teknik pembuatan tepung dan pendampingan serta praktek pembuatan satu resep kue.

9. Rancangan Evaluasi

Instrumen yang digunakan untuk menilai keberhasilan dan kemanfaatan kegiatan ini adalah :

- a. Daftar pertanyaan pre-test dan post test untuk mengukur perubahan pengetahuan ibu-ibu di wilayah sasaran
- b. Angket untuk mengetahui respon atau masukan dan saran dari peserta pelatihan
- c. Keberhasilan kegiatan ini apabila lebih dari 80% peserta mengerti dan paham mengenai materi yang disampaikan dan teknik pembuatan tepung fermentasi dan beberapa resep masakan hasil diversifikasi pangan yang ada.

10. Langkah-langkah Kegiatan PPM

Kegiatan PPM ini diikuti oleh ibu-ibu Warga RT. 16 Desa Salam, Patuk, Gunung Kidul, Yogyakarta. Pelaksanaan kegiatan ini disesuaikan dengan acara rutin arisan PKK di Desa setempat. Langkah-langkah yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian tersebut adalah meliputi Persiapan materi dan angket yang akan diberikan kepada peserta pelatihan, Persiapan alat dan bahan pembuatan tepung, Pelatihan praktek pembuatan tepung, Pemantauan pada proses fermentasi dan pengeringan singkong dan Proses penepungan dan pengemasan

11. Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM

Tabel 1. Hasil Angket Pelatihan Pembuatan Tepung Fermentasi Berbahan Dasar Singkong dan pembuatan kue

No	Pernyataan	Jawaban peserta	
		Ya (%)	Tidak (%)
1	Kesesuaian kegiatan dengan kebutuhan masyarakat	100	0
2	Meningkatkan motivasi setelah mengikuti pelatihan	100	0
3	Mendorong swadaya masyarakat	100	0

Para peserta pelatihan menyatakan belum pernah mengetahui tentang tepung singkong fermentasi, hal ini kami tanyakan pada saat pemberian materi. Pemanfaatan singkong selama ini hanya untuk konsumsi sehari-hari seperti dibuat gapek, tiwul, atau digoreng. Pemberian materi selain tentang pengertian dan pemahaman tentang tepung fermentasi, juga cara pembuatan, penyimpanan dan manfaat dari tepung tersebut. Para

peserta juga sangat antusias mengikuti pelatihan pembuatan tepung singkong fermentasi yang langsung dilakukan setelah selesai pemberian materi.

Pelatihan dilakukan oleh para peserta yang terbagi dalam kelompok bersamaan dengan penjelasan yang diberikan oleh tim pemateri. Proses pembuatan tepung terdiri dari beberapa tahap, yaitu:

1. Pengupasan singkong dan dilanjutkan dengan dicuci sampai bersih
2. Singkong diparut kasar
3. Parutan singkong direndam dalam ember yang sudah terisi campuran air dan bakteri.

Setelah semua singkong terendam, ember ditutup rapat untuk terjadinya proses fermentasi selama 12 jam.

Kualitas singkong yang akan dijadikan tepung harus diperhatikan, karena singkong yang baik adalah singkong yang putih atau kuning dan segar akan mempengaruhi hasil tepung fermentasi yang dibuat.

Pemberian materi dimulai oleh pemateri pertama pada pukul 13.00 WIB mencakup pembuatan tepung singkong fermentasi dan manfaatnya, serta kaitannya dengan upaya diversifikasi bahan pangan lokal yang ada di Desa Salam. Dilanjutkan oleh pemateri kedua tentang cara penyimpanan tepung fermentasi. Materi ketiga tentang beberapa resep kue sebagai alternatif konsumsi pangan dari bahan pangan lokal yang ada. Setelah semua materi diberikan, dilanjutkan dengan praktek pembuatan tepung singkong fermentasi dan pembuatan 1 resep kue. Pembuatan kue singkong kukus hanya membutuhkan waktu sekitar 30-40 menit. Pengocokan bahan-bahan membutuhkan waktu sekitar 20 menit, dan pengukusan hanya membutuhkan waktu 15 menit. Kue yang sudah jadi kemudian dipotong-potong dan dibagikan kepada para peserta. Resep kue yang diberikan bahan-bahannya sangat mudah dipeoleh dan cara pembuatannya juga relatif sederhana sehingga mudah dilakukan ibu-ibu di Desa Salam.

Proses pembuatan tepung yang telah dilakukan hingga proses fermentasi selama 12 jam. Dilanjutkan dengan proses pemerasan singkong dengan kain dan dikeringkan atau penjemuran dibawah sinar matahari langsung. Penjemuran dilakukan selama 4 hari atau sampai singkong benar-benar kering (dibuktikan apabila singkong mudah dipatahkan dengan tangan) dan menandakan kadar air sudah mencapai 12-14%. Singkong yang sudah dikeringkan kemudian siap untuk di gilingkan untuk dijadikan tepung. Dari 10 kg singkong segar, menghasilkan 3 kg tepung fermentasi. Tepung hasil buatan peserta pelatihan berwarna putih bersih, hal ini dipengaruhi oleh bahan singkong awal yang digunakan yaitu singkong yang segar dan putih bersih. Setelah menjadi

tepung, dapat digunakan untuk membuat kue kering maupun kue basah seperti kue brownis yang rasanya tidak kalah dengan brownis yang menggunakan tepung terigu biasa. Tepung singkong fermentasi memang lebih ringan dibandingkan dibandingkan tepung terigu biasa. Sehingga untuk dilanjutkan produksi lebih banyak perlu diperhatikan biaya-biaya pada proses pembuatannya agar sesuai dengan produksinya sehingga tidak mengalami kerugian.

12. Pembahasan Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini secara umum telah berjalan lancar, dan diikuti oleh 28 peserta dari 30 KK (kepala keluarga) yang ada di RT 16 di Desa Salam, Patuk, Gunung Kidul. Semua peserta sangat antusias mengikuti pelatihan pembuatan tepung singkong fermentasi dan pembuatan 1 resep kue. Pembuatan tepung dan kue yang relatif mudah diharapkan dapat memberi motivasi, membuka wacana dan peluang untuk lebih mengeksplorasi bahan-bahan pangan lokal seperti singkong yang banyak dihasilkan di Desa tersebut menjadi produk baru yang memiliki nilai yang lebih tinggi baik dari segi gizi maupun nilai jual sehingga dapat digunakan untuk meningkatkan ekonomi keluarga.

Hasil angket yang telah diisi peserta menunjukkan bahwa kegiatan ini dapat memotivasi dan memberikan wacana bagi para peserta untuk lebih dapat memanfaatkan bahan-bahan pangan lokal yang sudah ada secara maksimal. Contoh olahan tepung fermentasi juga dapat bervariasi, tergantung ketrampilan dan keahlian para peserta sehingga dapat digunakan sebagai alternatif pemasukan keluarga. Perlu penggalian pemanfaatan bahan pangan lokal yang lain yang sudah ada seperti alpukat yang banyak dihasilkan di Desa Salam sehingga dapat menjadi produk unggulan desa.

13. Kesimpulan

Dari pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, dapat disimpulkan bahwa :

- a. Pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu di RT 16 Desa Salam Patuk Gunung Kidul , mengenai diversifikasi pangan berbasis bahan pangan lokal yang ada
- b. Pelatihan ini dapat meningkatkan ketrampilan ibu-ibu untuk membuat tepung fermentasi berbahan dasar singkong sehingga dapat membuka peluang usaha untuk meningkatkan ekonomi keluarga

14. Saran

Dapat dilakukan program lanjutan tentang pemanfaatan bahan-bahan pangan lokal lain yang sudah ada agar memiliki nilai ekonomi yang lebih tinggi dan perlu juga ada pendampingan untuk produksinya.

15. Daftar Pustaka

- Lakitan, B. 2010. *Kebijakan Riset dan Teknologi untuk Pencapaian Ketahanan Pangan dan Peningkatan Kesejahteraan Petani*. Seminar Hari Pangan Sedunia. Lombok. Hal 1-10
- Subagio, A., Y.Witono, D.Hermanuadi, A.Nafi, dan W.S. Windrati. 2012. *Pengembangan 'Beras Cerdas' Sebagai Pangan Pokok Alternatif Berbahan Baku MOCAF*. Prosiding InSINas.hal 157-160.