

PELATIHAN OLAHAN KELAPA MENJADI JAJANAN SEHAT INOVATIF DI DESA ALUE IE PUTEH ACEH TAMIANG

Vivi Mardina^{1*}, Dewi Novianti², Ulil Amna³, Halimatussakdiah³

¹Prodi Biologi, Fakultas Teknik, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

²Prodi Matematika, Fakultas Teknik, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

³Prodi Kimia, Fakultas Teknik, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

*Penulis Korespondensi : vmardina@unsam.ac.id

Abstrak

Kelapa merupakan komoditas unggulan Indonesia dengan Aceh sebagai salah satu daerah penghasil kelapa. Contohnya pada Desa Alue Ie Puteh yang memiliki luas perkebunan kelapa 1/6 dari luas Desa. Harga kelapa yang rendah karena dijual dalam bentuk mentah berdampak pada rendahnya pendapatan penduduk desa. Mitra pada kegiatan ini yaitu kelompok PKK Desa Alue Ie Puteh yang memiliki permasalahan kurang terampil mengolah buah kelapa menjadi produk jajanan sehat. Tujuan dari kegiatan pengabdian pada Desa Alue Ie puteh adalah memberi pengetahuan dan keterampilan pada kelompok PKK Desa Alue Ie Puteh untuk memproduksi jajanan sehat berbahan baku buah kelapa menjadi produk unggulan daerah. Metode yang digunakan meliputi ceramah, praktik langsung dan diskusi. Hasil kegiatan menyimpulkan bahwa meningkatnya pengetahuan mitra untuk mengolah buah kelapa menjadi jajanan sehat inovatif, adanya produksi cake sehat pada skala rumah tangga yang berbahan baku buah kelapa.

Kata kunci: Buah Kelapa; Desa Alue Ie Puteh; Jajanan Sehat; Pelatihan.

Abstract

Coconut is superior Indonesia's commodity which Aceh is as one of the coconut-producing regions. For example is in the Alue Ie Puteh village which has the coconut plantation about 1/6 of the village area. The low prices of coconut is due to they are sold in raw material, as a consequent might effect to the low income for the villagers. The partner in this activity is the PKK group of Alue Ie Puteh who has the difficulty in processing coconuts into healthy snacks. Thus, the objective of this service activity is to distribute the knowledge and skills to the PKK group in Alue Ie Puteh Village to produce healthy snacks that made from coconut, so they become for regional superior products. The method used includes lectures, hands-on practice (training) and discussion. Results of this activity concluded increase the knowledge of partner to process the coconuts into innovative healthy snacks, and the production of healthy cakes on the household scale that is made from coconut fruit.

Keywords: Coconut Fruit; Alue Ie Puteh Village; Healthy Snack; Training.

1. PENDAHULUAN

Kelapa (*Cocos nucifera L.*) merupakan bahan makanan yang kaya nutrisi seperti protein, karbohidrat, lemak dan mineral (Tabel 1). Daging buah kelapa juga mengandung asam amino yang tinggi yaitu Lisin (5,8%), metionin (1,4%), fenilalanin (2%), triptofan (1,2%), valin (3,5%), leusin (5,9%), histidin (2,4%), tirosin (3,2%), sistin (1,4%), arginine (15,9%), alanine (4,4%), prolin (5,5%), serin (1,7%), asam aspartate (5,1%), dan asam glutamat (19,1%). Komposisi buah kelapa umumnya terdiri dari 33% serabut, tempurung 12%, daging buah 28% dan air 23% (Barlina dkk, 2007; Subagio, 2011; Hendamin dkk, 2018). Tanaman kelapa banyak ditemukan di daerah pantai karena memerlukan kelembapan yang tinggi seperti di Aceh, khususnya Desa Alue Ie Puteh Aceh Tamiang, Aceh.

Tabel 1. Komposisi nutrisi daging buah kelapa pada berbagai tingkat kematangan dalam 100 gram bahan.

Analisa	Daging buah kelapa		
	Muda	½ Tua	Tua
Kalori (kal)	68,0	180,0	359,0
Air (gr)	83,0	70,0	46,0
Protein	1,0	4,0	3,4
Lemak (gr)	0,9	15,0	34,7
Karbohidrat (gr)	14,0	10,0	14,0
Kalsium (mg)	7,0	8,0	21,0
Fosfor (mg)	30,0	55,0	98,0
Besi (mg)	1,0	1,3	2,0
Vitamin A (SI)	0,0	10,0	0,0
Vitamin B1 (mg)	0,06	0,05	0,1
Vitamin C (mg)	4,0	4,0	2,0

Alue Ie Puteh merupakan desa yang dipimpin oleh Datok (sebutan untuk Kepala Desa), terletak di wilayah pesisir pantai timur pulau Sumatera, dan memiliki jarak tempuh \pm 40 km dari kota Langsa. Umumnya penduduk desa Alue Ie Puteh bermata pencarian sebagai nelayan, petani padi dan kelapa. Salah satu komoditi unggulan yang menopang perekonomian Gampong Alue Ie Puteh adalah subsektor perkebunan tanaman kelapa dengan luas areal perkebunan kelapa hampir 1/6 luas areal pemukiman penduduk dan sangat berpotensi untuk dikembangkan menjadi produk unggulan daerah/ desa (Wikipedia, 2019).

Berdasarkan keterangan dari Datok Desa Alue Ie Puteh, buah kelapa yang dihasilkan, dijual dalam bentuk mentah tanpa diolah terlebih dahulu, sehingga nilai jual kelapa masih sangat rendah. Disisi lain, pada Desa Alue Ie Puteh terdapat kelompok PKK yang beranggotakan 15 orang dan berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Kelompok PKK Desa Alue Ie Puteh sangat terbuka untuk menerima berbagai pelatihan seperti cara mengolah buah kelapa menjadi produk kreatif dan unggul bagi desa mereka. Hal ini sejalan dengan yang diutarakan ketua kelompok PKK Gampong Alue Ie Puteh bahwa ibu-ibu PKK berkeinginan mengolah buah kelapa menjadi produk yang bernilai ekonomis dan sehat. Oleh karena itu, perlu dilakukan kegiatan pelatihan olahan buah kelapa menjadi jajanan sehat inovatif bagi masyarakat di desa Alue Ie Puteh, kecamatan Manyak Payed, Aceh Tamiang. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat (kelompok PKK) tentang pentingnya nutrisi pada buah kelapa sebagai sumber gizi alternatif dan memberikan/melatih keterampilan untuk memproduksi jajanan sehat inovatif berbahan baku buah kelapa.

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

2.1 Waktu dan Tempat

Kegiatan pelatihan olahan kelapa menjadi produk jajanan sehat inovatif bagi masyarakat dilaksanakan pada desa Alue Ie Puteh, Kecamatan Manyak Payed, Kabupaten Aceh Tamiang (Gambar 1) dengan target utama ibu-ibu PKK sebanyak 15 orang. Lokasi pelaksanaan kegiatan berada di perkarangan kantor Desa Alue Ie Puteh (musholla). Kegiatan dilaksanakan selama 3 (tiga) bulan mulai dari April hingga Juni 2019.

2.2 Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan meliputi:

- 1) 250 gr terigu
- 2) 200 gr gula pasir
- 3) 4 butir telur
- 4) 250 ml minyak
- 5) ¼ sdt vanili
- 6) ½ sdt garam
- 7) 1 sdt sp
- 8) ½ butir kelapa parut,

Adapun alat utama yang dipakai adalah *mixture*, kompor gas, dan pemanggang kue/ oven.

2.3 Tahapan dan Metode Pelaksanaan Kegiatan

Pelatihan olahan kelapa menjadi produk jajanan sehat inovatif bagi masyarakat di desa Alue Ie Puteh, terdiri atas (1) kegiatan sosialisasi, (2) pelatihan, dan (3) evaluasi kegiatan. Sosialisasi merupakan tahap awal dari kegiatan pelatihan yang bertujuan untuk memberikan informasi secara menyeluruh kepada pemerintah desa Alue Ie Puteh dan masyarakat sasaran tentang rencana kegiatan. Kegiatan ini dilakukan dengan metode diskusi secara langsung yang dihadiri oleh ketua kelompok PKK desa Alue Ie Puteh dan anggota (satu orang mewakili keseluruhan anggota PKK) yang berlangsung di rumah Ketua Kelompok PKK.

Adapun kegiatan pelatihan olahan kelapa menjadi produk jajanan sehat inovatif bagi masyarakat di desa Alue Ie Puteh terdiri dari dua tahapan utama yaitu pemaparan materi/ teori (arti pentingnya buah kelapa sebagai sumber gizi alternatif) dan praktik langsung mengenai cara pembuatan jajanan sehat berbahan dasar buah kelapa. Kegiatan evaluasi dilakukan untuk mengetahui keaktifan masyarakat, tingkat pengetahuan masyarakat sasaran dan permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat sasaran setelah dilaksanakannya kegiatan pelatihan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan olahan kelapa menjadi produk jajanan sehat inovatif bagi masyarakat desa Alue Ie Puteh, Kecamatan Manyak Payed, Kabupaten Aceh Tamiang berjalan dengan baik dan lancar. Persiapan kegiatan diawali dengan survei lokasi di desa Alue Ie Puteh pada tanggal 29 April 2019. Setelah melapor pada Datok (Sebutan kepala desa) setempat, perizinan tempat kegiatan diputuskan di perkarangan kantor geuchick (musholla) yang memiliki luas sekitar 6 x 6 meter (Gambar 2a). Kemudian tim PKM mengunjungi ketua kelompok PKK desa Alue Ie Puteh, untuk mendiskusikan jadwal kegiatan hingga menyebarkan undangan kegiatan PKM.

Sosialisasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa ceramah telah dilakukan dengan dihadiri oleh 25 peserta (termasuk tim PKM) (Gambar 2b). Tim pelaksana yang terdiri dari 3 orang mempersiapkan materi pelatihan, yang disampaikan secara bergantian. Materi yang disajikan meliputi arti penting buah kelapa sebagai sumber nutrisi alternatif, aneka olahan produk kelapa, olahan kelapa berupa jajanan sehat (*cake* kelapa).

Praktik lapangan mengenai proses pembuatan olahan kelapa berupa jajanan sehat (*cake* kelapa) dilakukan pada tanggal 09 Mei 2019. Kegiatan ini dihadiri oleh 25 peserta yang terdiri dari warga setempat (kelompok PKK) dan warga kampus Universitas Samudra (dosen dan mahasiswa). Kegiatan praktek lapangan mendapat respon yang sangat positif. Hal ini dapat diamati dari antusiasnya peserta (ibu-ibu PKK) dalam mempraktek langsung cara pembuatan *cake* berbahan dasar kelapa (Gambar 3 dan 4).

Adapun cara pembuatan yaitu:

- 1) Mixer telur, gula, sp sampai mengembang, tambahkan terigu, garam, vanili dan kelapa parut.
- 2) Matikan mixer dan aduk dengan spatula.
- 3) Panaskan cetakan kue lumpur. Olesi dengan sedikit mentega.
- 4) Panggang adonan hingga masak.

Tim PKM melakukan pendampingan/ evaluasi terhadap kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan sebelumnya. Hasil evaluasi tim PKM menemukan bahwa kelompok PKK Desa Alue Ie Puteh mampu memproduksi *cake* kelapa menjadi jajanan sehat hanya pada skala rumah tangga.

4. KESIMPULAN

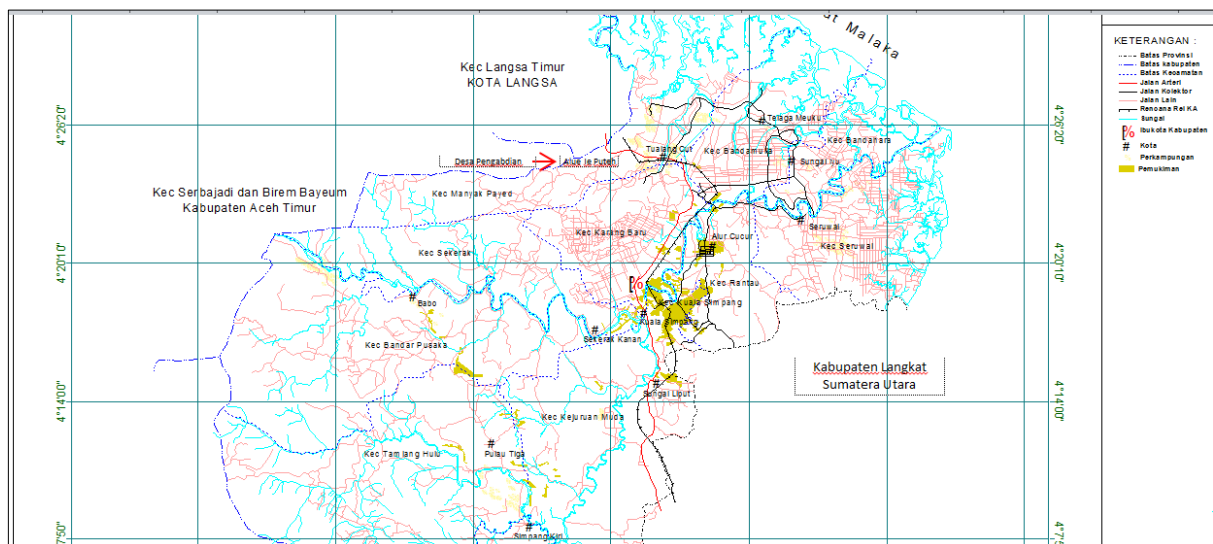
Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Alue Ie Puteh Kecamatan Manyak Payed Aceh Tamiang berfokus pada sosialisasi dan pelatihan membuat *cake* berbahan utama buah kelapa. Pelatihan ini telah memberi dampak positif terhadap masyarakat yaitu (1) pengetahuan mitra tentang nilai gizi kelapa sebagai sumber nutrisi alternatif meningkat, (2) berminat membuat *cake* kelapa pada skala rumah tangga, (3) antusias menerima pengetahuan dan skill yang serupa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada (Rektor) Universitas Samudra yang telah mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui skema PKM Dosen tahun 2019 dengan No. kontrak 341/UN54.6/PM/2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Barlina, R., Karouw, S., Towaha, J., Hutapea, R. (2007). Pengaruh perbandingan air kelapa dan penambahan daging kelapa. *Jurnal Littri. Balai penelitian tanaman kelapa dan palma lain (Balitka)*, 13 (12), 73 – 80.
- Hendarmin, Kartika, M., Pebrianti, W. (2018). Pelatihan dan Pendampingan pengolahan komoditi kelapa. *Jurnal pengabdian dan pemberdayaan masyarakat*, 2 (1), 1 – 6.
- Subagio. (2011). Potensi daging buah kelapa sebagai bahan baku pangan bernilai. *Jurnal Pangan*, 20 (1), 15 – 26.
- Wikipedia. 2019. Daftar kecamatan dan gampong di kabupaten Aceh Tamiang. Dikutip pada Februari 2019 dari https://id.wikipedia.org/wiki/Daftar_kecamatan_dan_gampong_di_Kabupaten_Ach_Tamiang.



Gambar 1. Peta Lokasi kegiatan.



(a)



(b)

Gambar 2. Survei lokasi/ tempat pelaksanaan kegiatan (a) dan Sosialisasi Kegiatan PKM menggunakan metode ceramah (b).



Gambar 3. Praktik langsung cara membuat cake kelapa sebagai jajanan sehat



Gambar 4. Foto kegiatan bersama.



Gambar 5. Hasil monitoring olahan kelapa menjadi jajanan sehat skala rumah tangga.