

INOVASI MAKANAN SEHAT BERBAHAN LABU KUNING DALAM UPAYA PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DI DESA SUMBERINGIN

*Rahayu Prasetyo¹, Yosa H. Kusumastuti², Anita Anggun Budiarti³,
Samuel S. Nugroho⁴*

*STKIP PGRI Jombang ; Jl. Pattimura III/20 Sengon - Jombang,
telp/fax (0321) 854319*

*email : ¹prasetyo.rahayu07@gmail.com, ²jyossaarlanda@gmail.com ,
³anitaanggunbudiarti7@gmail.com , ⁴samuelsabad11@gmail.com*

Abstract

Pumpkin is one type of fruit that contains high carotenoids. Pumpkin fruit or called "Waluh" in Sumbering Village has not been maximally utilized, the general public directly sells this pumpkin fruit to the market with a low sale value. The people in Sumbering Village also lack knowledge about the benefits of pumpkin for body health and also minimal knowledge about various processed products to increase the selling value of pumpkin fruit in the market. Therefore, the solutions carried out as this activities include: socialization of the benefits of pumpkin for health, training in making and practice of making pumpkin noodles, training in packaging of pumpkin noodles, as well as marketing information on innovation in healthy food packaging products. This activity is carried out through the delivery of material, direct training and discussion.

Keywords: *Pumpkin, socialization, innovation*

Abstrak

Buah labu kuning merupakan salah satu jenis buah yang mengandung karotenoid tinggi. Buah labu kuning atau disebut dengan "Waluh" di Desa Sumbering ini belum dimanfaatkan secara maksimal, masyarakat umumnya langsung menjual buah labu kuning ini ke pasaran dengan nilai jual rendah. Masyarakat di Desa Sumbering ini juga minim pengetahuan tentang manfaat buah labu kuning untuk kesehatan tubuh dan juga minim pengetahuan tentang berbagai olahan produk kekinian untuk meningkatkan nilai jual buah labu kuning di pasaran. Oleh karena itu, solusi yang dilakukan sebagai kegiatan ini antara lain: sosialisasi manfaat labu kuning untuk kesehatan, pelatihan pembuatan dan praktik pembuatan mie labu kuning, pelatihan pengemasan mie labu kuning, serta sosialisasi pemasaran produk inovasi makanan sehat dalam kemasan. Kegiatan ini dilakukan melalui penyampaian materi, pelatihan langsung dan diskusi.

Kata kunci: *Labu kuning, sosialisasi, inovasi*

PENDAHULUAN

Waluh atau sering disebut labu kuning merupakan salah satu jenis buah yang mengandung karbohidrat yang tinggi, kaya vitamin dan mineral. Selain itu buah labu kuning ini juga merupakan salah satu jenis buah yang mengandung karotenoid tinggi. Salah satu senyawa karotenoid yang mempunyai aktivitas vitamin A tinggi adalah betakaroten. Sehingga buah labu kuning ini mendapat julukan “raja betakaroten”. Betakaroten berfungsi melindungi mata dari serangan katarak. Betakaroten dalam buah labu kuning juga berperan untuk melindungi diri dari serangan kanker, jantung, diabetes melitus, proses penuaan dini, dan gangguan respon imun. Mengingat banyaknya kandungan di dalam buah labu kuning yang bermanfaat untuk memelihara kesehatan tubuh, maka masyarakat perlu mengkonsumsi buah labu kuning segar maupun olahan seperti mie, jus, jelly dan lain sebagainya.

Desa Sumberingin merupakan daerah di Kecamatan Kabuh, Kabupaten Jombang yang mempunyai hasil pertanian melimpah salah satu diantaranya adalah buah labu kuning atau yang biasa dikenal “Waluh”. Buah labu kuning di Desa Sumberingin ini belum dimanfaatkan secara maksimal, masyarakat umumnya langsung menjual buah labu kuning ini ke pasaran dengan nilai jual rendah. Hal ini dikarenakan buah labu kuning kurang diminati di pasaran jika dijual dalam bentuk mentah. Selain itu, masyarakat di Desa Sumberingin ini juga minim pengetahuan tentang manfaat buah labu kuning untuk kesehatan tubuh dan juga minim pengetahuan tentang berbagai olahan produk kekinian untuk meningkatkan nilai jual buah labu kuning di pasaran. Untuk meningkatkan harga jual buah labu kuning di pasaran, maka dibuat suatu olahan produk yaitu mie.

Mie merupakan salah satu jenis makanan yang paling populer di masyarakat. Saat ini mie menjadi kebutuhan masyarakat luas sebagai bahan yang dapat menggantikan makanan pokok. Mie mempunyai banyak keunggulan dan disukai masyarakat dalam hal tekstur, rasa dan kepraktisan penggunaannya. Produk berupa mie dipilih sebagai usaha untuk berwirausaha karena memiliki prospek yang baik. Selain itu, produk mie yang nantinya dibuat sendiri bisa

membantu menjaga kesehatan keluarga karena mengurangi konsumsi mie instant, serta juga mampu berinovasi dalam membuat olahan buah labu kuning sehingga dapat meningkatkan nilai jual labu kuning di pasaran.

Masalah utama mitra Desa Sumberingin ini adalah masih minim pengetahuan tentang manfaat buah labu kuning untuk kesehatan, membuat produk olahan kekinian untuk meningkatkan nilai jual labu kuning dipasaran, membuat kemasan produk yang menarik untuk menarik minat konsumen serta pemasaran produk yang telah dibuat. Adapun kegiatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini adalah dalam bentuk sosialisasi manfaat buah labu kuning, praktik pembuatan mie labu kuning, pelatihan *packaging* dan pemasaran produk.

Adapun jenis luaran yang dihasilkan melalui kegiatan pengabdian ini bagi masyarakat ini berupa barang dan metode yaitu: masyarakat mampu menghasilkan produk olahan buah labu kuning berupa mie labu kuning, masyarakat mampu mengemas produk yang telah dibuat semenarik mungkin serta memasarkan produk yang telah dibuat sesuai dengan pelatihan *packaging* dan pemasaran produk yang telah diberikan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan membuat olahan labu kuning ini dilaksanakan pada bulan Februari – Maret 2020. Lokasi kegiatan sesuai dengan kelompok mitra, yaitu di Dusun Sumberingin, Dusun Plengan dan Dusun Colo. Kegiatan ini melibatkan ibu – ibu warga Desa Sumberingin terutama ibu – ibu PKK. Adapun peralatan yang digunakan dalam kegiatan ini berupa alat pengolahan untuk mengolah buah labu kuning menjadi mie serta kemasan produk. Adapun peralatannya berupa baskom, panci kukus, timbangan, sendok takar, loyang, dan penggiling mie. Bahan baku yang digunakan untuk pengolahan produk mie labu kuning berupa labu kuning, tepung protein tinggi, tepung tapioka, telur, minyak goreng, garam, penyedap rasa, dan bawang putih.

Metode pelaksanaan untuk meningkatkan nilai tambah produk labu kuning menjadi makanan sehat yang kekinian akan direalisasikan dengan mekanisme sebagai berikut : 1) sosialisasi program; 2) pelatihan pembuatan dan praktik

pembuatan mie labu kuning; 3) pelatihan pengemasan mie labu kuning untuk meningkatkan mutu dan harga jual dengan *packing* yang berkualitas; 4) sosialisasi pemasaran produk inovasi makanan sehat dalam kemasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan melakukan observasi dan pengamatan terhadap sumber daya alam yang melimpah di Desa Sumberingin, Kabuh, Jombang namun belum maksimal dalam pemanfaatannya sehingga hanya terjual murah di pasaran. Hasil alam yang melimpah di Desa Sumberingin salah satunya adalah buah labu kuning. Buah labu kuning biasanya hanya dijual mentah, dan jika tidak laku maka dikonsumsi sendiri dengan cara dikukus atau dijadikan kolak. Bahkan karena terlalu lama disimpan kebanyakan buah labu kuning ini membusuk dan harus dibuang. Padahal buah labu kuning ini mempunyai banyak manfaat untuk kesehatan tubuh, namun masyarakat belum banyak yang mengetahuinya.

Solusi yang dilakukan sebagai kegiatan ini antara lain : sosialisasi manfaat labu kuning untuk kesehatan, pelatihan pembuatan dan praktik pembuatan mie labu kuning, pelatihan pengemasan mie labu kuning, serta sosialisasi pemasaran produk inovasi makanan sehat dalam kemasan. Kegiatan ini dilakukan melalui penyampaian materi, pelatihan langsung dan diskusi.

Kegiatan yang dilakukan dimulai dari produksi inovasi makanan sehat dalam kemasan meliputi : 1) Sosialisasi program yang telah dilakukan pada saat kegiatan RAT di Balai Desa Sumberingin yang dihadiri oleh ibu – ibu PKK dan ibu – ibu warga Desa Sumberingin. 2) Pelatihan pembuatan inovasi makanan sehat berbahan labu kuning yaitu mie labu kuning dimana rasa harus diperhatikan karena tekstur dan konsistensi suatu bahan akan mempengaruhi cita rasa yang ditimbulkan oleh bahan tersebut. 3) Praktik pembuatan mie labu kuning. 4) Teknik pengemasan mie labu kuning untuk meningkatkan mutu dan harga jual dengan *packaging* yang berkualitas. 5) Sosialisasi pemasaran produk inovasi makanan sehat dalam kemasan. Adapun tahap ke 2 sampai dengan tahap ke 5

dilakukan di masing – masing dusun yaitu Dusun Sumberingin, Dusun Plengan dan Dusun Colo.



Gambar 1. Simulasi Pembuatan Mie dengan Bahan Dasar Labu Kuning
Gambar 2. Tester mie labu kuning yang sudah di olah

SIMPULAN

Kegiatan yang telah dilaksanakan ini membawa dampak bagi masyarakat Desa Sumberingi diantaranya : 1) masyarakat mengetahui manfaat dari buah labu kuning untuk kesehatan; 2) masyarakat memperoleh pengetahuan baru tentang cara mengolah buah labu kuning mejadi makanan sehat yang kekinian; 3) masyarakat memperoleh pengetahuan teknik pengemasan produk untuk meningkatkan mutu dan harga jual dengan *packaging* yang berkualitas; 4) masyarakat mengetahui cara pemasaran produk baik secara *offline* maupun *online*.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anam, C., Handayani, S. 2010. *Mie Kering Waluh Dengan Antioksidan dan Pewarna Alami*. Jurnal Caraka Tani. 25(1). 72 – 78.
- [2] Efrina, E., dkk. 2019. *Pelatihan Pembuatan Mie Basah Berbasis Labu Kuning di Kecamatan Pamulang*. Sem