
Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal Untuk Pembuatan Agasi Kakap Nasi di Dusun Loang

Kartini Rahman Nisa¹, Sunarwin², Nur A.S. Ramadhan³, Maria Y. Lentrisna⁴, Feliksia Yuliana⁵

IKIP Muhammadiyah Maumere, Pendidikan Kimia¹²
IKIP Muhammadiyah Maumere, Mahasiswa Pendidikan Kimia³⁴⁵
ainunsyahra@gmail.com

ABSTRAK

Di masa pandemi Covid-19, terjadi pembatasan sosial yang menyebabkan keterbatasan lapangan pekerjaan yang berdampak pada ekonomi masyarakat, sehingga pemenuhan sandang dan pangan menjadi terbatas. Dalam pemenuhan kebutuhan pangan, masyarakat dapat mengolah makanan tradisional, salah satunya adalah singkong. Singkong dapat dijadikan makanan pengganti nasi yang kaya akan gizi. Singkong dapat hidup di tanah yang kering dengan iklim tropis. Salah satu daerah penghasil singkong adalah dusun Loang. Pada kenyataannya, singkong dapat diolah lebih dari makanan sederhana, salah satunya olahan Agasi Kakap Nasi. Hal inilah yang mendasari kegiatan Pengabdian kepada masyarakat di dusun Loang, Desa Kojagete, dengan judul Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal Untuk Pembuatan Agar-Agar Singkong Kaya Karbohidrat Pengganti Nasi. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mensosialisasikan kandungan gizi yang ada di dalam singkong, serta melakukan pelatihan pembuatan agar-agar yang berbahan dasar singkong. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat dusun Loang menjadi lebih mengetahui kandungan gizi yang terdapat di dalam singkong, serta cara pembuatan agar-agar berbahan dasar singkong. Sehingga melalui kegiatan PKM ini dengan sosialisasi dan pelatihan pembuatan agasi kakap nasi, diharapkan kelak dapat menjadi bekal bagi masyarakat Dusun Loang untuk lebih memanfaatkan singkong sebagai pemenuhan gizi dan meningkatkan taraf ekonomi.

Kata Kunci: agasi kakap nasi; dusun loang; singkong

ABSTRACT

During the Covid-19 pandemic, there were social restrictions that led to limited work which had an impact on the community's economy, so that the fulfillment of clothing and became limited. In meeting food needs, people can process traditional foods, one of which is cassava. Cassava can be used as a substitute food and is rich in nutrients. Cassava can live in dry soil with a tropical climate. One of the producers of cassava is the village of Loang. In fact, cassava can be processed into more simple foods, one of which is Agasi Kakap Nasi. This is what underlies community service in Loang hamlet, Kojagete Village, with the title Utilization of Local Food Arms for Making Cassava Agar, Rich in Carbohydrates to Replace Rice. This community service is to socialize the nutritional content is cassava, as well as conduct training on making gelatin made from sir. The result of this community service is that the people of Loang village know the nutritional content contained in cassava, as well as how to make ag made from cassava. Cassava so that through this PKM activity with the socialization and production of agasi kakap nasi, it is hoped that in the future it can be a provision for the Loang people to make more use of cassava as a nutritional fulfillment and economic.

Keywords: agasi kakap nasi; hamlet loang; cassava

PENDAHULUAN

Dusun Loang merupakan salah satu dusun dari Desa Kojagete terletak di gugus Pulau Koja Kecamatan Alok Timur Kabupaten Sikka. Dusun Loang memiliki jumlah penduduk kurang lebih sebanyak 60 kepala keluarga yang sebagian besar bermata pencaharian sebagai nelayan dan petani, dengan keadaan ekonomi rendah ditambah letak desa yang jauh dari jangkauan kota yang berimbas pada fasilitas dan sarana yang terbatas salah satunya belum adanya jangkauan listrik pemerintah dan jaringan. Kehidupan sehari-hari masyarakat dusun loang sangat menjunjung tinggi rasa kekeluargaan dan agama dimana sebagian besar masyarakat memeluk agama islam. Terlepas dari segala kekurangan yang ada, Dusun Loang memiliki potensi pertanian yang cukup baik, salah satunya singkong.

Singkong merupakan bahan pangan yang sering dikonsumsi dan merupakan produk hasil pertanian pangan kedua terbesar setelah padi. Singkong merupakan salah satu makanan pokok yang mengandung karbohidrat tinggi sebagai sumber energi, dan biasanya diolah menjadi berbagai macam makanan, dari makanan tradisional hingga berbagai macam kue dan keripik.

Singkong dalam kehidupan sehari-hari merupakan makanan pokok bagi sebagian masyarakat. Singkong dapat diolah menjadi berbagai bentuk makanan yang bernilai gizi tinggi. Singkong memiliki kandungan terdiri dari kadar air sekitar 60%, pati 35%, serat kasar 2,5%, kadar protein 1%, kadar lemak 0,5% dan kadar abu 1%, karena itu singkong merupakan sumber karbohidrat dan serat makanan, namun sedikit mengandung protein (Widowati, 2011).

Kandungan karbohidrat didalam singkong sebanyak 81,75% (Widowati, 2011) yang merupakan karbohidrat kompleks dengan jumlah molekul yang lebih banyak sehingga karbohidrat akan terserap lebih lambat, menyebabkan energi yang dihasilkan akan berlangsung secara berkala sehingga tubuh tidak akan cepat merasa lapar. Singkong juga dapat digunakan sebagai makanan dalam proses diet bagi yang mengalami masalah kegemukan. Selain karbohidrat, singkong juga mengandung kadar protein, serat, tekstur, dan warna prol tape kulit singkong. Kadar protein dan serat yang dihasilkan adalah 2,1962% dan 94,93% (Putri & Hersoelistyorini, 2012).

Singkong yang kaya kandungan gizi dan banyak ditemukan di Dusun Loang namun permasalahan yang dialami oleh masyarakat dusun Loang adalah kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang cara membuat makanan yang berbahan dasar singkong. Berdasarkan keadaan tersebut rumusan masalah yang diajukan adalah “Bagaimana

pemanfaatan bahan pangan lokal untuk pembuatan agar-agar singkong kaya karbohidrat pengganti nasi". Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mensosialisasikan kandungan gizi yang ada di dalam singkong, serta melakukan pelatihan pembuatan agar-agar yang berbahan dasar singkong.

METODE

Lokasi pengabdian kepada masyarakat pelaksanaannya di Dusun Loang, Desa Kojagete, Kecamatan Alok Timur, Kabupaten Sikka. Kegiatan dilakukan pada tanggal 18 Mei 2021. Masyarakat yang menjadi peserta dalam kegiatan ini sebanyak 20 orang.

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini berupa sosialisasi dan penyampaian ilmu pengetahuan mengenai kandungan gizi singkong. Sosialisasi dilakukan dengan metode ceramah dengan alat bantu buku panduan dan leaflet yang dibagikan kepada masyarakat serta seluruh peserta. Kegiatan ceramah dilanjutkan dengan sesi tanya jawab antara peserta dan pemateri.

Bahan yang digunakan dalam pembuatan agar-agar singkong terdiri dari: singkong, agar-agar plain, santan, susu kental manis, gula merah, gula pasir, dan air. Alat yang digunakan terdiri dari: kompor, kual, dandang, cetakan, sendok, baskom dan parut.

Pembuatan Agasi Kakap Nasi

- a) Singkong/ubi dibersihkan terlebih dahulu dengan cara mengupas kulitnya.
- b) Singkong/ubi kemudian diparut dan diperas airnya (jangan terlalu kering)
- c) Setelah diperas, ubi kemudian dikukus selama beberapa menit.
- d) Setelah dikukus, tambahkan santan kara sebanyak 3 bungkus.
- e) Aduk adonan hingga merata, kemudian tambahkan agar-agar 1 bungkus.
- f) Aduk hingga adonan merata.
- g) Panaskan 2,5 gelas air, lalu tambahkan agar-agar sebanyak 2 bungkus.
- h) Tambahkan gula pasir secukupnya.
- i) Aduk hingga merata.
- j) Masukkan adonan ubi ke dalam air agar-agar yang sedang dipanaskan.
- k) Aduk hingga adonan tercampur merata.
- l) Tuangkan adonan ke dalam cetakan agar-agar yang telah disediakan.
- m) Diamkan hingga agar-agar mengeras dan siap disajikan.

Pembuatan membuat Vla Agar-Agar

- a) Panaskan air secukupnya
- b) Tambahkan gula merah secukupnya
- c) Tambahkan daun pandan
- d) Tambahkan sedikit garam dan gula pasir
- e) Aduk hingga gula merah mencair dan mendidih
- f) Diamkan beberapa menit lalu tuang Vla ke dalam wadah (mangkok) yang disediakan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dihasilkan terdiri dari: (1) masyarakat dusun Loang dapat mengetahui cara pembuatan agar-agar singkong kaya karbohidrat pengganti nasi (2) masyarakat dusun Loang dapat mengetahui kandungan gizi yang terdapat di dalam singkong.



Gambar 1. Penyampaian Materi tentang Kandungan Gizi Singkong

Dua puluh orang masyarakat hadir dalam kegiatan sosialisasi dan penyuluhan pembuatan agar-agar singkong. Proses pembuatan agar-agar singkong memakan waktu 30 menit. Dokumentasi kegiatan pembuatan agar-agar singkong dapat dilihat pada gambar 2. dan gambar 3.



Gambar 2. Proses Pembuatan Agar-Agar Singkong



Gambar 3. Proses Pembuatan Vla Agar-Agar Singkong



Gambar 4. Hasil Pembuatan Agar-Agar Singkong

Agar-agar singkong dapat dinikmati dengan menambahkan vla gula merah di atasnya. Agar-agar singkong yang telah jadi dapat dilihat pada gambar 4.

SIMPULAN

Masyarakat yang mengikuti kegiatan penyuluhan di lokasi pengabdian mendapatkan transfer ilmu pengetahuan mengenai kandungan gizi singkong serta cara membuat agar-agar singkong yang kaya akan karbohidrat. Masyarakat yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian merasa bersyukur mendapatkan kesempatan mengikuti kegiatan ini. Pengetahuan dan keterampilan yang didapat oleh masyarakat diharapkan dapat terus dikembangkan dan diaplikasikan dalam kegiatan usaha agar dapat membantu mengembangkan perekonomian masyarakat setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis kepada Kepala Dusun Loang, Ketua RT dan Ibu-Ibu PKK di Dusun Loang atas Kerja samanya dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Putri, S. W. A., & Hersoelistyorini, W. (2012). No Title. *Jurnal Pangan Dan Gizi*, 03. <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/jpg.3.1.2012.%25p>

Widowati, S. (2011). *Inovasi Pengolahan Singkong*. Sinartan.