



PEMBUATAN NUGGET KANGKUNG SEBAGAI SALAH SATU UPAYA PEMBERDAYAAN EKONOMI MASYARAKAT DI DESA MARIO KECAMATAN KULO KABUPATEN SIDRAP

Rukmelia

Teknologi Hasil Pertanian, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang, Indonesia

Article History

Received : 27 Januari 2023

Revised : 29 Januari 2023

Accepted : 29 Februari 2023

Available Online : 30 Maret 2023

*Corresponding author :

Nama : Rukmelia

Email : azzahraelha451@gmail.com

Licensed Under a Creative Commons Attribution 4.0 International License



Abstrak

Desa Mario memiliki tingkat pendapatan yang rata-rata masih rendah. Sekalipun memiliki lahan pertanian yang luas tetapi masyarakat masih menggarap lahannya secara sederhana. Disamping itu tingkat pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengelola dan memanfaatkan hasil-hasil pertanian masih relatif rendah. Untuk itu sangat dibutuhkan sumber pengetahuan dan kemampuan dalam memanfaatkan hasil-hasil pertanian sehingga bisa meningkatkan kesejahterannya. Nugget kangkung merupakan salah satu inovasi yang dapat dijadikan peluang usaha. Disamping itu nugget kangkung juga dapat dijadikan sebagai makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari utamanya anak-anak. Kegiatan ini terbagi atas dua tahap yaitu penyuluhan pemanfaatan tanaman kangkung dan pelatihan pembuatan nugget kangkung. Dari kegiatan ini masyarakat desa Mario dapat memiliki keterampilan dalam mengolah sayuran menjadi produk yang lebih baik dan memiliki nilai jual yang tinggi. Diharapkan nantinya masyarakat desa Mario menjadi masyarakat yang berwawasan berkelanjutan untuk kemandirian.

Kata Kunci : Mario, Nugget, Kangkung, Inovasi

Abstract

Mario Village has an average income level that is still low. Even though they have large agricultural land, the community still manages their land in a simple way. Besides that, the level of knowledge and skills of the community in managing and utilizing agricultural products is still relatively low. For this reason, a source of knowledge and skills is needed in utilizing agricultural products so that they can increase their welfare. "nugget kangkung" are one of the innovations that can be used as a business opportunity. Besides that, "nugget kangkung" can also be used as food to meet daily nutritional needs, especially children. This activity was divided into two stages, namely counseling on the use of 'kangkung' plants and training on making "nugget kangkung". From this activity the people of Mario village can have skills in processing vegetables into better products and have a high selling value. It is hoped that in the future the Mario village community will become a society with a sustainable outlook for independence.

Key words : Mario, Nuggets, Kangkung Innovation

PENDAHULUAN

Desa Mario memiliki tingkat pendapatan yang rata-rata masih rendah. Sekalipun memiliki lahan pertanian yang luas tetapi masyarakat masih menggarap lahannya secara sederhana. Hal ini disebabkan karena tingkat pengetahuan masyarakat desa Mario masih relatif rendah dalam mengelola lahan pertanian. Dan masih banyak lahan kosong yang tidak produktif, untuk itu diperlukan peningkatan pengetahuan bagaimana mengelola lahan kosong ini menjadi lebih produktif. Salah satu caranya dengan menanam sayur-sayuran contohnya kangkung.

Disamping itu tingkat pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengelola dan memanfaatkan hasil-hasil pertanian masih relatif rendah. Untuk itu sangat dibutuhkan sumber pengetahuan dan kemampuan dalam memanfaatkan hasil-hasil pertanian sehingga bisa meningkatkan kesejahteraannya. Contohnya dengan membuat nugget dari sayuran kangkung. Pemanfaatan bahan pangan segar sampai menjadi pangan olahan layak jual, tentunya akan mempengaruhi kondisi ekonomi rumah tangga, bahkan akan meningkatkan pendapatan keluarga (Susanto *et al.*, 2021)

Nugget merupakan jenis makanan yang banyak digemari. Nugget sangat disukai oleh masyarakat terutama anak-anak, banyak dipasaran produk nugget yang mempunyai merek-merek yang berbeda, selain dibuat dari daging, nugget juga dapat dibuat dengan vegetarian (Evanuarini dkk, 2011). Nugget merupakan produk olahan pangan beku yang diolah menjadi adonan dan dilapisi tepung roti atau tepung panir (Lukman *et al.*, 2009). Nugget diolah dari bahan daging yang sudah dihaluskan, dapat berasal dari daging ikan ataupun daging ayam yang diberi bumbu, dipipihkan dan dicetak dengan berbagai bentuk. Potongan ini dilapisi tepung berbumbu, kemudian dikemas dan dibekukan (Gates, 2015; Wulandari *et al.*, 2016)

Kangkung adalah salah satu jenis sayuran yang populer di Indonesia. Sayuran ini mudah tumbuh dan masa panen yang singkat. Harganya murah tetapi memiliki kandungan gizi yang tinggi. Menurut (Harjana, 2016). Kandungan gizi dalam 100 gram kangkung meliputi

- a) Energy sebesar 29 kal;
- b) Protein sebesar 3 gram;
- c) Lemak sebesar 0,3 gram;
- d) Karbohidrat sebesar 5,4 gram;
- e) Serat sebesar 1 gram;
- f) Kalsium sebesar 73 mg;
- g) Fosfor sebesar 50 mg;
- h) Besi sebesar 2,5 mg;
- i) Vitamin A sebesar 6.300 IU;
- j) Vitamin B1 sebesar 0,07 mg;
- k) Vitamin C sebesar 32 mg;

l) Air sebesar 89,7 gram

Nugget kangkung merupakan salah satu inovasi yang dapat dijadikan peluang usaha. Disamping itu nugget kangkung juga dapat dijadikan sebagai makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari utamanya anak-anak. Nugget juga dapat dibuat dengan menambahkan bahan dari jenis sayur-sayuran untuk dapat melengkapi kandungan gizi nugget (Fajri et al., 2021; Puspita & Komaruddin, 2020; Yarza, 2021)

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini meliputi dua tahap yaitu

1. Penyuluhan pemanfaatan tanaman kangkung.

Penyuluhan ini dilakukan dengan proses ceramah dan diskusi tentang pemanfaatan kangkung sebagai peluang usaha, manfaat dan kandungan gizi kangkung, serta inovasi produk berbahan dasar kangkung yang bisa dijadikan tambahan pendapatan bagi masyarakat desa Mario.

2. Pelatihan pembuatan nugget kangkung.

Pada pelatihan menggunakan alat berupa pisau, talenan, mangkuk/wadah, piring, wajan, kompor. Bahan-bahan yang digunakan berupa 1 ikat kangkung, 2 telur, 200 gr tepung terigu, 3 sdm tepung sajiku, 3 siung bawang putih (dihaluskan), ½ bungkus lada bubuk, 1 sdm garam, tepung panir/tepung roti, tepung maizena.

Adapun cara pembuatan nugget kangkung dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut

1. Campur semua bahan dalam wadah kemudian kukus adonan kurang 20 menit
2. Keluarkan adonan, potong sesuai selera.
3. Siapkan dalam wadah yang berjejer (biar gampang), maizena, telur kocok, tepung roti.
4. Celupkan potongan nugget ke maizena, lalu ke telur, lalu ke tepung roti. Kalo mau lebih kress, setelah ke tepung roti celupkan lagi ke telur, ke tepung roti lagi
5. Ketika udah selesai, bisa disimpan di kulkas, bisa juga langsung digoreng.



Gambar 01. Nugget Kangkung

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di desa Mario Kecamatan Kulo Kabupaten pada hari Selasa 19 Oktober 2022. Disamping sebagai inovasi produk untuk menambah pendapatan masyarakat, adanya nugget yang dipadukan dengan sayuran bertujuan untuk dapat memenuhi kebutuhan konsumen akan gizi makanan yang tidak sempat mengkonsumsi sayuran segar secara langsung (Rujiah, Retty Ninsix, 2013)



Gambar 02. Penyuluhan Pengolahan Nugget Kangkung

KESIMPULAN

Dari kegiatan ini masyarakat desa Mario dapat memiliki keterampilan dalam mengolah sayuran menjadi produk yang lebih baik dan memiliki nilai jual yang tinggi. Diharapkan nantinya masyarakat desa Mario menjadi masyarakat yang berwawasan berkelanjutan untuk kemandirian. Melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini dapat membantu masyarakat dalam menabuh penghasilan keluar sehingga bisa di buat dan dikelola dalam bentuk usaha untuk peningkatan taraf hidup. Implementasi program ini dilakukan dengan metode partisipatif dengan pendekatan sosial masyarakat (Yuhanna dkk, 2021). Model pemberdayaan secara partisipatif melibatkan peserta langsung sebagai subyek pelatihan secara hands on (Retno dkk, 2020).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang yang telah memberikan bantuan dan dukungan baik moril maupun materil sehingga kegiatan PKM telah berjalan lancar dan sesuai dengan yang direncanakan. Juga ucapan terima kasih diucapkan kepada mitra PKM yang bersedia dan bekerja sama dengan baik sekali selama berlangsungnya kegiatan.

PUSTAKA

- Evanuarini, H., & Purnomo, H. (2011). PHYSICAL AND ORGANOLEPTIC QUALITY OF CHICKEN NUGGETS FRIED AT DIFFERENT TEMPERATURE AND TIME. *Journal of Agriculture and Food Technology*, 1(8), 133–136.
- Fajri, P. Y., Putri, N. E., Novita, R., Gusmalini, & Muchrida, Y. (2021). ALIH TEKNOLOGI PENGOLAHAN PANGAN LOKAL DI KENAGARIAN ANDALEH, LIMAPULUH KOTA. *Jurnal Logista*, 5(1).
- Gates, K. W. (2015). SEAFOOD PROCESSING: TECHNOLOGY, QUALITY AND SAFETY. *Journal of Aquatic Food Product Technology*, 24(1), 91–97. <https://doi.org/10.1080/10498850.2014.954475>
- Harjana, Dadan. 2016. KANDUNGAN GIZI DAN MANFAAT KANGKUNG. Diakses pada 4 Februari 2022. <http://manfaatnyasehat.blogspot.co.id/2014/01/kandungan-danmanfaat-kangkung.html>
- Lukman, I., Nurul, H., & Noryati, I. (2009). PHYSICOCHEMICAL AND SENSORY PROPERTIES OF COMMERCIAL CHICKEN NUGGETS. *Asian Journal of Food and Agro-Industry*, 2(2), 171– 180.
- Puspita, L., & Komarudin, K. (2020). PENINGKATAN EKONOMI MASYARAKAT: DAMPAK PEMANFAATAN AMPAS SUSU KEDELAI MENJADI NUGGET. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v5i1.4105>
- Retno, Raras Setyo, Sri Utami, and Wachidatul Linda Yuhanna. (2020). “PEMANFAATAN AMPAS KEDELAI MENJADI KERUPUK UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MASYARAKAT DESA WAKAH KECAMATAN NGRAMBE KABUPATEN NGAWI.” *Panrita Abdi - Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*.
- Rujiah, Retty Ninsix, dan Z. H. (2013). PENGOLAHAN NUGGET SAYUR. *Jurnal Teknologi Pertanian*, 2(1), 35–47
- Susanto, B., Pradana, F. S. A., Fitriana, R., Wulandari, N., Dina, F. A., & Galih, S. S. (2021). PEMBERDAYAAN MASYARAKAT BERBASIS POTENSI LOKAL MENJADI USAHA KREATIF DI DESA DUREN. *Community Empowerment*, 6(3). <https://doi.org/10.31603/ce.4305>
- Wulandari, E., Suryaningsih, L., Chairunnisa, H., & Pratama, A. (2016). KARAKTERISTIK MIKROBIOLOGI NUGET AYAM DENGAN PASTA TOMAT SELAMA PENYIMPANAN PADA SUHU REFRIGERASI (

MICROBIOLOGICAL CHARACTERISTIC OF CHICKEN NUGET WITH THE ADDITION OF TOMATO PASTE DURING REFRIGERATED STORAGE).
Ilmu Peternakan, 16(1), 42–45.

Yarza, H. N. (2021). PELATIHAN PEMBUATAN BURGER, NUGGET SAYUR DAN YOGURT BERSAMA IBU-IBU PENGAJIAN AN-NISA KELURAHAN SRENGSENG. *Jurnal Solma*, 10(1s), 287–293.

Yuhanna, Wachidatul Linda, Agita Risma Nurhikmawati, Pujiati Pujiati, and Nurul Kusuma Dewi. (2021). “PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DESA WAKAH MELALUI PEMANFAATAN LIMBAH KULIT SINGKONG (MANIHOT ESCULENTA).” *Aksiologi*: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat.