



Pengolahan Jantung Pisang Menjadi Snack Nugget untuk Meningkatkan Pendapatan Kelompok Mitra di Desa Paddinging Kecamatan Sandrobone Kabupaten Takalar

Budiandriani^{1✉}; Ramlawati², Khairina Rosyadah³

^{1,2}, Universitas Muslim Indonesia

³ Sekolah Tinggi Ilmu Manajemen LPI Makassar

Abstrak

Tujuan pengabdian dilakukan untuk membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi kelompok mitra desa paddinging kabupaten Takalar yakni masih 1) Belum adanya pengetahuan yang dimiliki masyarakat tentang pengolahan jantung pisang menjadi Nugget. 2) Masyarakat belum memiliki keterampilan dalam mengolah jantung pisang menjadi Nugget. 3) Produk snack Nugget memerlukan kemasan yang higienis dan menarik, sehingga pengetahuan pengemasan diperlukan agar produk dapat disimpan lama dan dapat menarik perhatian konsumen. Hasil pengabdian yakni Kelompok mitra sudah dapat mengolah sendiri jantung pisang menjadi snack nugget jantung pisang dengan rasa, aroma, dan warna dengan kualitas yang baik. Kelompok mitra sudah dapat menggunakan peralatan yang diberikan sehingga jumlah produksi semakin bertambah. Dengan menggunakan kemasan yang baik, maka omset kelompok mitra akan semakin bertambah.

Kata Kunci: *Pengolahan; Jantung Pisang; Snack Nugget; Pendapatan; Pelatihan Pembinaan*

Copyright (c) 2022 **Budiandriani**

✉ Corresponding author :

Email Address : budiandriani@umi.ac.id

PENDAHULUAN

Pemberdayaan masyarakat melalui program PKM yang berbasis pada pilihan masyarakat atau peran masyarakat baik individu, kelompok maupun komunitas. Konsep pemberdayaan masyarakat yaitu upaya untuk membangun daya itu dengan mendorong motivasi dan membangkitkan kesadaran akan potensi yang dimilikinya serta berusaha untuk mengembangkannya (Kastanasnita, 1996). Dengan pemberdayaan masyarakat akan berdaya melalui dorongan atau motivasi untuk membangkitkan kesadaran terhadap pengembangan potensi sumber daya yang dimiliki.

Indonesia merupakan penghasil pisang terbesar keenam di dunia. Bahkan di Asia, Indonesia merupakan penghasil pisang terbesar, karena hampir 50 % produksi pisang di Asia, dihasilkan oleh Indonesia, dan setiap tahun produksinya terus meningkat. Pisang juga memiliki kandungan gizi yang tinggi, dan memiliki tingkat antioksidan yang cukup tinggi. Pisang menjadi buah yang penting di masyarakat Indonesia, karena pisang merupakan buah yang sering dikonsumsi dibandingkan dengan buah yang lain dan

dikonsumsi tanpa memperhatikan tingkat sosial. Bukan hanya buah pisang saja yang memiliki kandungan gizi yang tinggi, namun bagian lain dari pohon pisang. Seperti Jantung pisang yang merupakan bagian dari tanaman pisang yang dapat diolah menjadi sayuran. Banyaknya produksi jantung pisang di desa Paddinging yang belum mengalami diversifikasi sehingga dalam hal ini jantung pisang dapat dimanfaatkan menjadi suatu bahan/produk makanan oleh masyarakat atau unit usaha mikro. Jantung pisang merupakan salah satu bagian dari tanaman pisang yang selama ini keberadaannya terabaikan. Kita ketahui bersama bahwa jantung pisang merupakan bagian tanaman pisang yang cukup banyak jumlahnya. Ukuran jantung pisang sekitar 25-40 cm dengan ukur lilit tengah jantung 12-25 cm. Jantung pisang mempunyai cairan berwarna jernih dan akan menjadi pudar warnanya apabila jantung pisang terkena udara dari luar lingkungan sekitarnya (Panji R, 2012).

Adapun komposisi gizi jantung pisang per 100 gram (Putro dan Rosita, 2006) adalah seperti pada tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Komposisi Gizi Jantung Pisang Per 100 Gram

Komponen	Nilai
Energi	31 Kkal
Protein	1,26 gr
Lemak	0,35 gr
Karbohidrat	8,31 gr
Kalsium	6 mg
Besi	0,4 mg
Fosfor	50mg
Vitamin A	140 SSI
Vitamin B1	0,06 mg
Vitamin C	9 mg

Sumber: Putro dan Rosita (2006)

Komponen penting lainnya yang terdapat pada jantung pisang adalah serat pangan yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Serat pangan sangat bermanfaat untuk memperlambat kecepatan pencernaan dalam usus, sehingga aliran lasti ke dalam tubuh menjadi konstan, memberikan perasaan kenyang yang lebih lama, memperlambat keberadaan gula darah (glukosa), sehingga insulin yang dibutuhkan untuk mengubah glukosa menjadi energy semakin sedikit, membantu mengendalikan berat badan dengan memperlambat timbulnya rasa lapar, meningkatkan kesehatan saluran pencernaan dengan cara meningkatkan pergerakan usus besar, mengurangi resiko penyakit jantung, mengikat lemak dan kolesterol kemudian dikeluarkan melalui feses (Kusumaningtyas, dkk., 2016)

Pemberdayaan masyarakat melalui pengolahan bunga jantung pisang menjadi makanan ringan dalam bentuk Nugget nilai gizi dan pendapatan Ibu Rumah Tangga di Desa Paddinging. Pembuatan Nugget melalui bunga jantung pisang sangat berpotensi untuk dilakukan, karena di Desa Paddingin merupakan salah satu desa di Kabupaten Takalar yang banyak ditumbuhi pohon pisang.

Kelompok Mitra PKM ini adalah Ibu Rumah Tangga di Desa Paddinging yang berada di Wilayah Kecamatan Sandrobone. Desa ini secara geografi terletak 9 km dari ibukota Kabupaten Takalar yang merupakan wilayah Provinsi Sulawesi Selatan. Daerah ini sangat mudah dijangkau dengan jarak 40 km dari kota metropolitan Makassar dan terletak antara 5 derajat 3 menit sampai 5 derajat 38 menit lintang selatan dan antara 199 derajat 22 menit sampai 199 derajat 39 menit bujur timur dengan luas wilayah 566,51 km persegi.

Kabupaten Takalar merupakan salah satu wilayah kabupaten di Provinsi Sulawesi Selatan yang terletak pada bagian selatan. Letak astronomis Kabupaten Takalar berada pada posisi 503'–5038' Lintang Selatan dan 1190 22' –119039' Bujur Timur, dengan luas wilayah kurang lebih 566,51 Km 2. Secara administrasi Kabupaten Takalar memiliki wilayah berbatasan dengan:

- 1) Sebelah Utara berbatasan dengan Kabupaten Gowa
- 2) Sebelah Timur berbatasan dengan Kabupaten Gowa dan Kabupaten Jeneponto
- 3) Sebelah Selatan berbatasan dengan Selat Makassar
- 4) Sebelah Barat berbatasan dengan Laut Flores

Secara administratif pemerintahan wilayah Kabupaten Takalar terdiri dari 7 kecamatan dan 77 desa/kelurahan yang terdiri dari 57 desa serta 20 kelurahan. Dari 7 kecamatan tersebut 4 kecamatan merupakan wilayah pesisir yaitu Mangarabombang dengan luas 100,50 km persegi terdiri dari 11 desa dan 1 kelurahan, Mappakasunggu dengan luas 74, 63 km terdiri dari 7 desa 1 kelurahan, Galesong Selatan luas 44 terdiri dari 17 desa, Galesong utara dengan luas 21,75 km persegi terdiri dari 9 desa. Tiga kecamatan lainnya adalah Polombangkeng Selatan dengan luas 24,71 km, Polombangkeng Utara 212.25 km dengan jumlah Desa 12 dan 6 kelurahan, dan Kecamatan Pattallassang 25.31 km. Penduduk Kabupaten Takalar berdasarkan hasil proyeksi berjumlah 283.762 jiwa yang tersebar di 9 kecamatan, dengan jumlah penduduk terbesar berada di Kecamatan Polombangkeng Utara, yakni 48.233 jiwa.

Jika dilihat dari lapangan pekerjaan utama, hampir separuh pekerja di Takalar bekerja di sektor pertanian. Berbanding terbalik dengan sektor industri pengolahan yang memiliki jumlah pekerja sebesar 5,024 persen. Tingginya persentase penduduk yang bekerja di sektor pertanian disebabkan karena secara geografis Takalar merupakan wilayah sentra pertanian. Hal lainnya juga dikarenakan pendidikan angkatan kerja yang relatif rendah, sehingga akan mengalami kendala dalam pelaksanaan pekerjaan di sektor lainnya karena kurang skill/keterampilan yang dimiliki.

METODOLOGI

Untuk membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi kelompok mitra, maka diperlukan pendekatan dan Metode dalam program PKM melalui Penyuluhan dan Pelatihan. Bentuk penyuluhan dilakukan melalui interpersonal atau antarpersonal dengan tatap muka serta pelatihan teknis dan non teknis. Untuk mengembangkan program PKM bagi kelompok mitra, pengolahan jantung pisang menjadi Nugget dengan tujuan mengembangkan usaha, maka Belajar Sambil Bekerja (Learning By Doing) merupakan pendekatan yang paling tepat. Pendekatan ini akan dikembangkan pada pasca pelatihan, dimana kelompok sambil mempraktekkan apa yang diperoleh pada

pelatihan sekaligus membuka atau mengembangkan usaha produk yang berbahan jantung pisang. Peserta pelatihan dan penyuluhan pengolahan jantung pisang menjadi Snack Nugget di Desa Paddinging Kecamatan Sandrobone Kabupaten Takalar diikuti oleh 10 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program PKM pada kelompok mitra pengolahan jantung pisang menjadi snack nugget di Desa Paddinging dilakukan dengan pendekatan pelatihan dan penyuluhan.

Tahap Persiapan

Sebelum pelatihan dilaksanakan tim pelaksana pelatihan mempersiapkan bahan dan peralatan yang dibutuhkan, termasuk spanduk yang dipasang di dinding kantor desa. Bahan-bahan yang dipersiapkan adalah Jantung pisang, Ikan Teri/Mairo, Tepung terigu, Tepung panir, Telur ayam, Minyak goreng, Bawang putih, Bawang merah, Kaldu bubuk, Lada bubuk, dan Garam Sedangkan alat yang dipersiapkan adalah Panci, Timbangan, Baskom, Talenan, Pisau, Spatula, Blender, Sendok, Wajan, Kompor, Plastik packaging/mika, Nampan, Wadah plastik, dan Tabung gas.

Tahap Penyuluhan

Sebelum dilakukan pelatihan terlebih dahulu dilakukan kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dalam hal mentrasfer inovasi pada anggota kelompok mitra (kelompok perempuan) untuk menambah pengetahuan sehingga terjadi perubahan kognitif, dalam artian pola pikir kelompok mitra dirubah terlebih dahulu untuk memudahkan pelaksanaan program PKM.

Tim pelatihan menjelaskan kandungan dan manfaat dari jagung pulut dan jagung marning itu sendiri. Jagung pulut mengandung protein dan gizi yang bermutu tinggi. Kandungan jantung pisang antara lain kalori (51 Kcal), protein (1,6 g), lemak (0,6 g), karbohidrat (9,9 g), serat (57 g), kalsium (56 mg), fosfor (73,3 mg), zat besi (56,4 mg), kalium (553,3 mg), magnesium (48,7 mg), dan vitamin E (1,07 mg).

Adapun manfaat jantung pisan utamanya bagi kesehatan adalah seperti berikut ini:

Menyembuhkan Infeksi

Manfaat jantung pisang yang pertama adalah menyembuhkan infeksi. Khasiat ini dikarenakan adanya kandungan etanol di dalam jantung pisang. Etanol dapat membantu mencegah pertumbuhan bakteri patogen.

Mempercepat Penyembuhan Luka

Tak hanya infeksi, manfaat jantung pisang juga dapat mempercepat penyembuhan luka dan mencegah perkembangan malaria. Ekstrak etanol yang diperoleh dari jantung pisang diteliti memiliki manfaat tersebut.

Menangani Diabetes

Khasiat jantung pisang dipercaya dapat mengurangi kadar gula darah. Namun, hal ini masih membutuhkan penelitian lebih lanjut. Sangat penting untuk menjaga pola makan dan menghindari makanan maupun minuman tinggi gula untuk dapat mengontrol kadar gula di dalam darah.

Mengatasi Anemia

Konsumsi jantung pisang dianggap berpotensi dalam meningkatkan hemoglobin di dalam tubuh. Kandungan jantung pisang, yakni serat dan zat besi, dapat membantu memproduksi sel darah merah sehingga mengatasi gejala anemia. Namun, hal ini juga masih membutuhkan penelitian lebih lanjut.

Sangat penting untuk makan makanan dengan gizi seimbang agar kebutuhan gizi dapat terpenuhi dengan baik dan terhindar dari anemia.

Meningkatkan Laktasi

Bagi para ibu yang sedang menyusui, jantung pisang sangat baik dikonsumsi. Khasiat jantung pisang juga dipercaya dapat menjaga kesehatan selama masa kehamilan. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal, jantung pisang bisa dikombinasikan dengan rempah-rempah.

Menjaga Kesehatan Pencernaan

Kandungan serat di dalam jantung pisang dapat membantu menjaga kesehatan sistem pencernaan. Jika kita mengalami sembelit atau sulit untuk BAB, konsumsi jantung pisang dapat membantu mengatasinya.

Melawan Radikal Bebas

Manfaat jantung pisang untuk kesehatan berikutnya adalah membantu untuk melawan radikal bebas. Manfaat ini bisa didapatkan dari banyaknya antioksidan yang terkandung di dalam jantung pisang.

Mencegah Penuaan Dini

Selain memerangi radikal bebas, bunga pisang juga dinilai dapat membantu mengobati kanker dan mengurangi penuaan dini. Agar memperoleh hasil yang maksimal, kita bisa menambahkan suplemen kesehatan untuk meningkatkan manfaat dari sifat antioksidannya.

Mengurangi Perdarahan Haid Berat

Mengonsumsi jantung pisang dengan yoghurt dipercaya menjadi salah satu cara paling efisien untuk mengobati perdarahan yang berlebihan saat menstruasi. Kombinasi itu dapat meningkatkan progesteron di dalam tubuh. Hal ini pada akhirnya dapat mengurangi perdarahan yang berhubungan dengan menstruasi.

Sumber Vitamin dan Mineral yang Kaya

Kandungan jantung pisang terdiri dari beragam makronutrien dan mikronutrien yang tadi disebutkan di atas. Mengonsumsinya dalam batas wajar tentu dapat mendukung kesehatan.

Meningkatkan Penyerapan Makanan

Bunga pisang kaya akan serat larut dan tidak larut. Serat larut memungkinkan makanan melewati saluran pencernaan dengan mudah, karena larut di dalam air dan membentuk gel. Sementara, serat tidak larut membantu sebagian besar produk yang tidak tercerna karena tidak larut di dalam air. Keduanya meningkatkan pencernaan dan penyerapan makanan yang sehat.



Gambar 1. Kegiatan Pelatihan Warga Desa Paddinging Kabupaten Takalar

Kelompok mitra mendapatkan penyuluhan atau penjelasan dari tim pelatihan tentang kandungan gizi dan manfaat jantung pisang, alat dan bahan yang digunakan. Disamping itu, tim pelatih memberikan pelatihan pengolahan jantung pisang menjadi snack nugget, dan memberikan pelatihan manajemen usaha yaitu teknik perhitungan laba, pembukuan, peningkatan usaha dan pemasaran.

Tahap Pelatihan

Pada tahap ini kelompok mitra (kelompok perempuan) di Desa Paddinging diberi pelatihan diversifikasi, yaitu berupa pelatihan proses pengolahan jantung pisang dan pelatihan teknik kemasan snack nugget jantung pisang.

Pada tahap pelatihan, kelompok mitra (kelompok perempuan) diberikan pelatihan pengolahan jantung pisang dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a) Kupas kelopak luar jantung pisang sampai tersisa bagian dalam yang berwarna putih kemerahan.
- b) Cuci bersih jantung pisang tersebut.
- c) Potong memanjang supaya pada saat perebusan dapat matang dengan sempurna.
- d) Haluskan bawang putih, ketumbar dan garam.
- e) Rebus jantung pisang dan bumbu yang sudah dihaluskan tadi.
- f) Tunggu hingga layu dan tiriskan.
- g) Potong jantung pisang yang sudah direbus.
- h) Masukkan bawang merah, bawang putih, kunyit, merica, ketumbar, kemiri, gula dan garam ke dalam blender dan haluskan.
- i) Adon tepung dengan bumbu yang sudah dihaluskan tadi.
- j) Celupkan jantung pisang yang sudah dikeringkan ke dalam adonan.
- k) Siapkan wajan beserta minyak goreng lalu panaskan.

- l) Masukkan jantung pisang tersebut kedalam minyak yang sudah panas.
- m) Goreng hingga warna menjadi kuning keemasan kemudian tiriskan.
- n) Campurkan jantung pisang tadi dengan bumbu halus.
- o) Masukkan snack nugget jantung pisang kedalam kantong plastik atau kemasan.
- p) Press kantong plastik atau kemasan menggunakan mesin press agar snack nugget tetap renyah. Untuk menjaga kerenyahannya jagung marning harus ditempatkan dalam wadah kedap udara atau dibungkus dengan plastik polipropilen dengan ketebalan yang sesuai (0,06-0,08 mm).
- q) Snack Nugget jantung pisang siap dipasarkan

Pemberian Kemasan/Label

Kemasan suatu produk dapat memberikan pengaruh yang penting dalam mempertahankan atau meningkatkan penjualan. Kemasan melibatkan perancangan dan produksi wadah atau pembungkus untuk suatu produk. Pada dasarnya fungsi utama kemasan adalah menyimpan dan melindungi produk. Gambar berikut ini memperlihatkan jagung marning yang sudah diberi kemasan dan siap untuk dipasarkan.



Gambar 2. Snack Nugget Jantung Pisang yang sudah diberi kemasan

Tahap Terakhir Pelatihan

Tahap terakhir dari pelatihan adalah melakukan foto bersama dan memberikan kenang-kenangan atau cendra mata kepada kelompok mitra yang berupa peralatan yang digunakan pada pelatihan. Hasil praktek pelatihan adalah berupa produk pengolahan jantung pisang menjadi snack nugget jantung pisang yang diadakan oleh tim dosen FEB UMI Makassar mendapat perhatian yang serius oleh kelompok mitra, dan secara umum kegiatan ini terlaksana dengan baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang sudah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa Pemberian pelatihan pengolahan jantung pisang di Desa Paddinging dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kelompok mitra. Kelompok mitra sudah dapat mengolah sendiri jantung pisang menjadi snack nugget jantung pisang dengan rasa, aroma, dan warna dengan kualitas yang baik. Kelompok mitra sudah dapat menggunakan peralatan yang diberikan sehingga jumlah produksi semakin bertambah. Dengan menggunakan kemasan yang baik, maka omset kelompok mitra akan seakin bertambah.

Referensi

- Karyono. 2015. Manfaat dan Khasiat Jantung Pisang untuk Kesehatan. [serial online] www.mangyono.com/2015/02/manfaat-dankhasiat-jantung-pisang-untukkesehatan.html[18 Mar 2015]
- Kusumaningtyas, Rengga RWD dan Suyitno H. 2010. Pengolahan limbah tanaman pisang (*Musa paradisiacal*) menjadi dendeng dan abon jantung pisang sebagai peluang wirausaha baru bagi masyarakat pedesaan. *Jurnal Penerapan Teknologi dan Pembelajaran*, 8 (2).
- Mustika I. 2017. Determinan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui Tinjauan Sistematis Penelitian Tahun 2011 – 2016. *Journal of Health Science and Prevention*, Vol.1(1),
- Harismayanti1, Et Al. 2018. Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Masa Nifas. *Prosiding Seminar Nasional*.
- Panji, R. 2012. Sejuta manfaat jantung pisang. *Membuat Dendeng Rendah Kolesterol dari Jantung Pisang*. Agromedia Pustaka. Jakarta