

PELATIHAN KREASI MENU HIDANGAN PENUTUP DENGAN BAHAN DASAR LABU KUNING

Dessert Menu Creation Using Pumpkin as the Main Ingredients

Febryola Indra⁽¹⁾, Winny Trussiadi⁽²⁾ dan Yuana Vera Indriani⁽³⁾

¹⁾Fakultas Pariwisata – Universitas Pelita Harapan

²⁾Fakultas Pariwisata – Universitas Pelita Harapan

³⁾Fakultas Pariwisata – Universitas Pelita Harapan

Diajukan: 28 Juni 2022 / Disetujui: 29 Juli 2022

ABSTRACT

Community service activities are a form of social concern where we can share various kinds of knowledge and skills to the community that are useful to help people gain new knowledge and improve their skills. We carry the theme of Dessert Creation with Pumpkin Ingredients because through this community service we aim to introduce a menu of processed pumpkins and can help provide ideas for training participants to create pumpkin as a dessert. The lack of yellow pumpkin processing in Indonesia makes us want to carry out community service programs in the form of online workshops in order to help educate the Sinarmas Land UMKM Centre which is more aimed at mothers, so that mothers can get to know more about pumpkin along with the creations of pumpkin preparations. In the process of implementing the activity, the participants seemed enthusiastic to follow and re-create this dessert with the basic ingredients of pumpkin.

Keywords : Pumpkin, Dessert, PKM

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan bentuk kepedulian secara sosial dimana kita dapat membagikan bermacam-macam ilmu dan keterampilan kepada masyarakat yang berguna untuk membantu masyarakat dapat memperoleh ilmu baru dan meningkatkan keterampilan mereka. Kami mengusungkan tema Kreasi Hidangan Makanan Penutup dengan Bahan Dasar Labu Kuning karena melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini kami bertujuan untuk memperkenalkan menu olahan-olahan dari labu kuning serta dapat membantu memberikan ide kepada peserta kegiatan pelatihan untuk mengkreasikan labu kuning sebagai bahan hidangan penutup. Minimnya pengolahan labu kuning berjenis labu parang di Indonesia membuat kami ingin melaksanakan program pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk *online workshop* agar dapat membantu mengedukasi Sinarmas Land UMKM Centre yang lebih di tujukan untuk para ibu-ibu, sehingga para ibu-ibu dapat mengenal lebih dalam lagi mengenai labu kuning beserta kreasi olahan-olahan labu kuning. Dalam proses pelaksanaan kegiatan, para peserta terlihat antusias untuk mengikuti dan mengkreasikan ulang hidangan penutup dengan bahan dasar labu kuning ini.

Kata kunci : Labu Kuning, Hidangan Penutup, PKM

*Korespondensi Penulis:

E-mail: winnytrussiadi19@gmail.com

PENDAHULUAN

Indonesia memiliki beraneka ragam tanaman yang tingkat produksinya tergolong tinggi namun pemanfaatan terhadap tanaman itu masih rendah, salah satunya adalah tanaman labu. Tanaman labu telah dibudidayakan di seluruh dunia dan digunakan untuk berbagai tujuan mulai dari untuk tujuan komersial, dekoratif, pertanian, hingga bahan pangan (Dotto dan Chacha, 2020). Dengan menggunakan labu kuning sebagai bahan dalam pengolahan makanan, akan menjadi pilihan yang efisien karena buah labu kuning mudah ditemukan, dan dalam beberapa dekade terakhir semakin banyak penelitian dilakukan yang menunjukkan labu memiliki nilai tinggi untuk makanan dan kesehatan manusia (Kulaitienè et al., 2018).

Awal mula tanaman labu kuning berasal dari benua Amerika (Dinu et al., 2016) dan labu kuning (*Cucurbita moschat*) telah dibudidayakan di India, Angola, Jepang, dan di Indonesia sendiri dibudidayakan di Pulau Jawa. Di Indonesia, labu kuning dikenal akrab dengan sebutan “Labu Parang”. Penyebutan ini disebabkan karena masyarakat melihat tanaman tersebut merupakan tanaman yang merambat dengan perantara alat yang memiliki bentuk pipih, serta batang yang cukup kuat dan panjang yang terdapat bulu-bulu tajam. Tanaman labu sendiri memiliki berbagai warna, seperti warna kuning, hijau, putih, coklat, dan jingga (Yudiasuti et al., 2017).

Labu Kuning merupakan salah satu buah yang kaya akan manfaat bagi tubuh manusia. Menurut Zufahmi (2015), labu kuning (*Cucurbita moschata*) merupakan sumber pangan yang memiliki gizi tinggi dan serat yang halus sehingga dapat mudah dicerna oleh tubuh. Dalam labu kuning (*Cucurbita moschata*) terkandung sumber serat yang dapat menurunkan perkembangan penyakit diabetes. Diketahui bahwa labu kuning (*Cucurbita moschata*) diperkaya akan polisakarida yang dapat membantu penyakit-penyakit seperti kolesterol, dan tekanan darah tinggi. Selain itu, kandungan dari labu kuning juga kaya akan antioksidan yang berguna sebagai penangkal radikal bebas dan penyebab penyakit kanker (Zaitun 2012).

Penanaman dan pemeliharaan labu kuning terbilang mudah serta dapat digunakan untuk pengolahan sumber pangan. Tetapi pengolahan yang biasanya dilakukan masih sederhana, seperti untuk pembuatan kolak, puding, asinan, dan makanan lainnya yang distribusinya terbatas dan umur simpan singkat (Mardiah et al., 2020).

Dilihat dari jumlah produksi labu kuning yang cukup tinggi di Indonesia namun pengolahannya masih minim (Nilasari, 2017), memunculkan ide kami untuk membuat kreasi olahan labu kuning menjadi hidangan pencuci mulut dalam berbagai macam kreasi, sehingga masyarakat dapat menikmati labu kuning dengan menu yang lebih bervariasi.

Kami melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bersifat internal, yaitu kegiatan yang meliputi pelatihan-pelatihan yang bermanfaat bagi masyarakat (Manu, 2020). Menurut Sudarmanto et al., (2020), pembangunan masyarakat (*community development*) mengandung upaya untuk meningkatkan partisipasi dan rasa sosial masyarakat terhadap kegiatan yang dilaksanakan. Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat, diharapkan pelatihan yang telah dilaksanakan dapat mengedukasi masyarakat untuk dapat memaksimalkan olahan labu kuning, dan dapat mengkreasi olahan labu kuning menjadi sebuah kreasi hidangan baru dalam masyarakat Indonesia. Dengan itu, meningkatnya kreasi olahan labu kuning dapat mengimbangi produksi labu kuning yang tinggi, serta minat terhadap labu kuning juga akan meningkat di pasaran Indonesia.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan “Pengabdian Kepada Masyarakat Kreasi Menu Hidangan Penutup dengan Bahan Dasar Labu Kuning” dapat dibagi menjadi 3 bagian pembahasan yaitu, Pre-Online Workshop, Acara Online Workshop, dan Post-Online Workshop. Kegiatan PKM “Pengabdian Kepada Masyarakat Kreasi Menu Hidangan Penutup dengan Bahan Dasar Labu Kuning” dilaksanakan pada:

Hari, Tanggal : Kamis 11 November 2021
 Waktu : 14:00 – 15:30

Hasil Penelitian

Tempat : Zoom

Berikut merupakan tahap-tahap kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Kreasi Menu Hidangan Penutup dengan Bahan Dasar Labu Kuning” yang dijelaskan secara lebih terperinci:

A. Tahap Pra-Online Workshop

Dalam tahapan ini kami mempersiapkan segala kebutuhan kegiatan PKM, mulai dari persiapan penyusunan konsep kegiatan PKM, pemilihan tempat, pembuatan proposal, revisi proposal, pengajuan proposal, hingga mempersiapkan segala kebutuhan acara sebelum acara dilaksanakan.

1. Pengajuan proposal dan judul laporan
2. Pembuatan BAB 1
3. Melakukan revisi pada BAB 1 dan membuat BAB 2
4. Mencari resep-resep untuk melakukan uji coba produk
5. Melakukan uji coba pembuatan produk untuk buku resep
6. Bertemu dosen pembimbing untuk pengarahan produk uji coba
7. Mencari dan menghubungi tempat pelaksanaan PKM
8. Pengajuan judul dan tema untuk kegiatan PKM
9. Pembahasan untuk membuat e-poster PKM
10. Membuat proposal untuk diajukan kepada pihak PKM dan melakukan revisi
11. Uji coba pembuatan produk yang akan menjadi produk bahasan dalam PKM
12. Melanjutkan pembuatan BAB 2 dan BAB 3
13. Menentukan design poster, background dan e-sertifikat
14. Pembuatan e-poster PKM, pembuatan background PKM, dan pembuatan e- sertifikat untuk para peserta PKM.

B. Tahap Online Workshop

Pada tahap ini, akan membahas kegiatan yang dilakukan selama kegiatan PKM berlangsung. Tahapannya ialah sebagai berikut:

1. Kata sambutan untuk menyambut para peserta yang telah menghadiri acara.
2. Kata pembuka dilakukan oleh dosen pembimbing selaku ketua tim PKM untuk menyampaikan sepatah dua patah kata pembuka .

3. Pengisian pre-test dilakukan untuk memperoleh data yang diperlukan dari peserta SML UMKM Centre .
4. Memberikan penjelasan singkat tentang resep yang akan ditunjukkan agar para peserta mendapatkan sedikit gambaran
5. Memberikan video tahapan pembuatan resep.
6. Sesi tanya jawab, para peserta dapat bertanya mengenai hal yang kurang dimengerti seputar kegiatan PKM .
7. Meminta para peserta untuk mengisi post-test yang bertujuan untuk memperoleh data ketertarikan dan pengetahuan para peserta dari SML UMKM Centre tentang kegiatan yang telah dilakukan .
8. Melakukan foto bersama sebagai dokumentasi kegiatan.
9. Kata dan doa penutup untuk mengakhiri kegiatan serta ucapan terimakasih kepada peserta yang telah mengikuti kegiatan PKM.

C. Tahap Post Online Workshop

Tahap ini merupakan tahap untuk menyelesaikan segala laporan dan mengolah data yang telah diterima selama kegiatan PKM berlangsung. Tahapan yang akan dilakukan ialah:

1. Mengumpulkan hasil dari dokumentasi selama kegiatan berlangsung
2. Mengirimkan hadiah kepada pemenang challenge dari pelatihan PKM
3. Mengolah data yang telah didapatkan
4. Membuat Bab IV dan V
5. Membuat laporan hasil kegiatan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM “Kreasi Hidangan Penutup dengan Bahan Dasar Labu Kuning” yang diadakan pada hari Kamis, 11 November 2021 ini diikuti oleh 25 (dua puluh lima) peserta dari SML UMKM Centre. Berdasarkan hasil yang didapatkan dari form registrasi, diketahui bahwa 56.7% peserta bekerja sebagai ibu rumah tangga, 40% sebagai wirausahawan, dan sisanya sebagai ibu rumah tangga sekaligus wirausahawan. Dapat disimpulkan hasil dan target peserta tepat dengan tujuan dari kegiatan PKM yang dilakukan. Tujuan utama dari PKM ini ialah memberikan inspirasi kepada ibu-ibu peserta pelatihan untuk dapat mengkreasikan dan mengolah labu kuning lebih luas lagi untuk menu hidangan penutup, sekaligus disamping itu juga pelatihan ini

Hasil Penelitian

dapat menambah ide bisnis usaha kecil yang dilakukan oleh peserta. Sebelum pemberian materi pada kegiatan PKM, kami meminta para peserta untuk dapat mengisi form pre-test, untuk menguji pengetahuan para peserta sebelum memulai pelatihan. Kami memberikan pertanyaan seputar manfaat labu kuning, dan hasil yang didapatkan adalah 48% dari peserta belum dan kurang mengetahui tentang manfaat dari labu kuning dan hanya 52% yang telah mengetahui manfaat dari labu kuning. Dapat dilihat peserta masih banyak yang belum mengetahui manfaat dari labu kuning. Melalui pelatihan ini, kami juga ingin meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai banyaknya manfaat dari labu kuning.

Setelah acara PKM, kami melakukan post-test untuk melihat perubahan sebelum dan sesudah para peserta mengikuti pelatihan PKM kami, kami memberikan pertanyaan mengenai manfaat labu kuning, dan hasil yang didapatkan ialah 100% atau 25 (dua puluh lima) peserta memilih telah mengetahui tentang manfaat labu kuning. Dapat diambil kesimpulan dari grafik tersebut bahwa peserta dapat memahami dan mengetahui materi yang kami berikan saat kegiatan PKM berlangsung.

Selain seputar materi mengenai labu kuning, kami juga memberikan pertanyaan seputar produk yang kami bawakan dalam pelatihan PKM dan mengenai acara PKM kami. Hasil yang diterima dapat digunakan untuk feedback dan masukan bagi anggota tim kami. Berdasarkan grafik hasil post-test, dapat disimpulkan menurut para peserta, hidangan yang paling menarik ialah Salted Caramel Pumpkin Parfait yang dipilih sebanyak 48% atau 12 peserta, diikuti oleh Caramelized Milky Pumpkin sebanyak 40% atau 10 peserta. Kemudian, para peserta memberikan penilaian sebesar 72% sangat puas, dan 28% puas untuk acara pelatihan yang kami jalankan.

SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan PKM “Kreasi Hidangan Penutup dengan Bahan Dasar Labu Kuning” yang telah dilaksanakan pada hari Kamis, 11 November 2021 maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kegiatan pelatihan PKM terlaksana melalui proses persiapan sampai pada pelaksanaan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan dan memberikan ide kepada target peserta yaitu ibu-ibu dari SML

UMKM Centre untuk dapat mengkreasikan hidangan penutup dengan menggunakan bahan dasar labu kuning.

2. Awalnya pengolahan hidangan penutup dengan menggunakan bahan dasar labu kuning masih terbatas dalam kreasinya, namun labu kuning dapat dijadikan banyak kreasi menu baru hidangan penutup.
3. Melalui hasil form pre-test yang diberikan kepada peserta, didapatkan hasil seperti:
 - a. Sebanyak 48% peserta tidak dan kurang tahu mengenai manfaat labu kuning, dan hanya 13 (tiga belas) peserta atau 52% yang mengetahui manfaat labu kuning.
 - b. Dalam pertanyaan olahan labu kuning yang diketahui oleh para peserta, mayoritas memilih kolak sebagai hidangan yang diketahui kemudian disusul oleh pudding dan bolu.
 - c. Dilihat dari data yang didapat, 20 (dua puluh) atau 80% dari peserta pernah membuat hidangan bahan dengan menggunakan bahan dasar labu kuning sebelumnya.
 - d. Sebanyak 100% peserta tertarik untuk membuat hidangan penutup dengan bahan dasar labu kuning.
4. Melalui hasil post-test yang diberikan kepada peserta, didapatkan hasil seperti:
 - a. Dibandingkan dengan hasil jawaban pre-test peserta, hasil yang didapatkan 100% atau 25 (dua puluh lima) peserta telah mengetahui manfaat dari labu kuning .
 - b. Dilihat dari resep dalam tutorial video yang kami tampilkan dalam pelatihan PKM, 48% peserta memilih Salted Caramel Pumpkin Parfait sebagai hidangan yang paling menarik. Sedangkan untuk sisanya, 40% peserta memilih Caramelized Milky Pumpkin dan 28% peserta memilih Chocolate Pumpkin Cookie.
 - c. Untuk pertanyaan seputar acara pelatihan, 18 (delapan belas) peserta memilih sangat puas dengan acara yang terlaksana dan tujuh peserta memilih puas.

Hasil Penelitian

- d. Mengenai kejelasan materi pelatihan yang diberikan, 72% peserta memilih sangat puas dan 28% memilih puas.
 - e. Berdasarkan hasil penilaian yang didapat, 19 (sembilan belas) peserta merasa sangat puas dengan pelatihan sudah terorganisir dengan baik dan enam peserta puas.
5. Dari challenge yang diadakan saat acara pelatihan, beberapa peserta telah mengikuti dan kami telah menentukan tiga orang pemenang yang dilihat dari kreativitas, visual, dan keunikan hidangan peserta.

Pemberdayaan. (A. Karim, Ed.). Yayasan Kita Menulis.

Yudiasuti, S. O. N., Wahyono, A., & Subaktilah, Y. (2021). *Brownies Kukus Labu Kuning (Cucurbita moschata)*. Penerbit NEM.

Zaitun. (2012). *Pemanfaatan Buah Labu Kuning Sebagai Bahan Dasar Dalam Pengolahan Makanan Dan Untuk Mencegah Berbagai Penyakit*.

Zufahmi, Suranto, & Mahajoeno, E. (2015). *Karakteristik Tanaman Labu Kuning (Cucurbita Moschata)*, 3.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinu, M., Soare, R., Hoza, G., & Becherescu, A. D. (2016). Biochemical composition of some local pumpkin population. *Agriculture and Agricultural Science Procedia*, 10, 185–191. <https://doi.org/10.1016/j.aaspro.2016.09.051>
- Dotto, J. M., & Chacha, J. S. (2020). The Potential of Pumpkin Seeds as a Functional Food Ingredient: A Review, 10. <https://doi.org/10.1016/j.sciaf.2020.e00575>
- KULAITIENĖ, J., ČERNIAUSKIENĖ, J., JARIENĖ, E., DANILČENKO, H., & LEVICKIENĖ, D. (2018). Antioxidant activity and other quality parameters of cold pressing pumpkin seed oil. *Notulae Botanicae Horti Agrobotanici Cluj-Napoca*, 46(1), 161–166. <https://doi.org/10.15835/nbha46110845>.
- Manu, G. A. (2020). *Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Internal Perguruan Tinggi*. (R. R. Rerung, Ed.). Media Sains Indonesia.
- Mardiah, M., Fitrilia, T., Widowati, S., & Andini, S. F. (2020). Komposisi proksimat Pada Tiga varietas Tepung Labu kuning (cucurbita sp). *JURNAL AGROINDUSTRI HALAL*, 6(1), 097–104. <https://doi.org/10.30997/jah.v6i1.2679>
- Nilasari, O. W., Susanto, W. H., & Maligan, J. M. (2017). PENGARUH SUHU DAN LAMA PEMASAKAN TERHADAP KARAKTERISTIK LEMPOK LABU KUNING, 5.
- Sudarmanto, E., Revida, E., & Zaman, N. (2020). *Konsep Dasar Pengabdian Kepada Masyarakat: Pembangunan dan*