

Inovasi Makanan Berbasis Labu Kuning Untuk Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat Petani di Desa Pulau Semambu Kecamatan Indralaya Utara Kabupaten Ogan Ilir

Nita Aminasih¹, Hary Widjajanti, Elisa Nurnawati, Harmida, Sarno

Jurusan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Sriwijaya

email: nitaaminasih17@gmail.com

Received: 12.12.2023	Revised: 12.01.2024	Accepted: 15.01.2024	Available online: 25.01.2024
-------------------------	------------------------	-------------------------	---------------------------------

Abstrak: Desa Pulau Semambu adalah sebuah desa di Kecamatan Indralaya Utara, Kabupaten Ogan Ilir yang memiliki mayoritas masyarakatnya berprofesi sebagai petani. Salah satu komoditi pertanian yang banyak dibudidayakan adalah labu kuning. Namun sayangnya pemanfaatan dari labu kuning masih belum dilakukan secara optimal karena hanya dijual dalam bentuk segar atau diolah menjadi makanan yang terbatas jenisnya. Pelatihan dilakukan dengan cara melakukan paparan atau presentasi secara langsung serta mendemonstrasikan cara pengolahan labu kuning menjadi makanan yang lezat dan menarik kepada target sasaran berupa ibu-ibu dan remaja putri. Pelatihan ini diharapkan mampu meningkatkan pendapatan masyarakat petani melalui inovasi pembuatan makanan berbasis labu kuning.

Kata Kunci: Desa Pulau Semambu, inovasi, labu kuning, pendapatan

Abstract: Pulau Semambu Village is a village in North Indralaya District, Ogan Ilir Regency which has the majority of its people working as farmers. One of the agricultural commodities that are widely cultivated is yellow pumpkin. But, the use of yellow pumpkin is still not done optimally because it is only sold in fresh form or processed into limited types of food. The training was conducted by conducting direct presentations and demonstrating how to process yellow pumpkin into delicious and attractive food to target mothers and young women. This training is expected to be able to increase the income of farming communities through innovations in making yellow pumpkin-based food.

Keywords: Pulau Semambu Village, innovation, yellow pumpkin, income

1. PENDAHULUAN

Desa Pulau Semambu mempunyai wilayah seluas sekitar ± 1.200 hektar dengan didominasi oleh keadaan tanah kering dan lahan basah sehingga cocok untuk mengembangkan daerah di sektor pertanian dan perkebunan. Desa Pulau Semambu di Kecamatan Indralaya Utara Kabupaten Ogan Ilir dipilih sebagai desa sasaran karena lokasinya yang relatif dekat dengan kampus Unsri Indralaya serta salah satu desa binaan Universitas Sriwijaya. Desa Pulau Semambu terdiri atas lima dusun dengan potensi masing-masing. Dusun Satu dan Dua merupakan daerah yang penduduknya banyak sebagai pedagang, ini disebabkan dusun tersebut tepat di pinggir jalan. Selain itu di daerah ini juga terdapat sentra wisata Agrowisata Bina Dharma membuat peluang usaha di sekitarnya cukup maju. Dusun Tiga merupakan dusun yang paling berpotensi, karena di disini merupakan sentra tempat masyarakat Desa Pulau Semambu bertani. Pertanian utama disini adalah rosela, bayam, jagung, labu kuning dan belewah, sedangkan Dusun Empat dan Lima merupakan daerah perkebunan seperti sawit dan karet. Salah satu komoditi pertanian yang dikembangkan adalah labu kuning. Labu kuning dalam bahasa Inggris dikenal dengan *pumpkin*. Labu kuning merupakan jenis buah yang termasuk dalam kelompok labu-labuan (*Cucurbitaceae*). Buahnya berbentuk bulat berwarna hijau sampai kuning kemerahan, bagian dari buah labu ini terdiri dari kulit yang keras kemudian bagian dalamnya adalah lapisan daging buah yang merupakan tempat timbunan makanan. Pabidang *et al.* (2017) menambahkan bahwa tanaman ini sering dikenal dengan sebutan *waluh* dan memiliki berat yang beragam sekitar tiga hingga lima kilogram.

Labu Kuning, tumbuhan dengan nama latin *Curcuma moschata* merupakan salah satu komoditas pertanian yang memiliki banyak kelebihan dibandingkan dengan komoditas yang lain (Gardjito, 2006). Labu kuning merupakan jenis sayuran buah yang memiliki daya simpan tinggi, mempunyai aroma dan cita

rasa yang khas, serta sumber vitamin A karena kaya akan karoten. Selain mengandung gizi-gizi lainnya seperti karbohidrat, mineral, protein dan vitamin (Purwanto *et al.*, 2013). Labu kuning memiliki daya simpan tinggi yang mencapai enam bulan atau lebih, tergantung cara penyimpanannya. Hal tersebut dikarenakan jenis sayuran buah ini memiliki kulit yang tebal dan keras (Millati *et al.*, 2020) Daging buah pada labu kuning yang berwarna kuning pekat hingga kemerahan disebabkan oleh kaya akan pigmen karotenoid serta memiliki rasa yang manis dan tekstur yang lembut (Ramonah *et al.*, 2023). Carvalho *et al.* (2013) menyebutkan bahwa β -karoten yang terdapat pada labu kuning merupakan antioksidan yang memiliki manfaat untuk menangkal berbagai jenis kanker dan serangan jantung. Selain itu, air buahnya berguna sebagai penawar racun dari hewan berbisa serta bijinya bermanfaat untuk mencegah penyakit kencing manis, penyempitan pembuluh darah, jantung coroner, tekanan darah tinggi bahkan kanker.

Penanaman labu kuning di Desa Pulau Semabu Kecamatan Indralaya Utara ini sudah dilakukan sejak dulu yang juga merupakan budaya turun temurun dari nenek moyangnya. Masyarakat di Kecamatan Indralaya Utara hanya memanfaatkan labu kuning sebagai bahan untuk kolak dan sayuran saja. Pabidang *et al.* (2017) menyebutkan bahwa ibu-ibu di Dusun Kopeng mengolah labu kuning dengan cara dimasak sayur manis dengan campuran daun katu atau tauge atau hanya sebagai bahan campuran untuk olahan sayur bening. Sedangkan di Sulawesi, pemanfaatan labu kuning terbatas hanya sebagai sayuran, bahan dasar kolak dan aneka kue seperti dawet, leper atau jenang. Berdasarkan hal tersebut selaras dengan pernyataan Mulyana *et al.* (2015) bahwa tanaman labu kuning ini kurang mendapat perhatian lebih dari masyarakat hal ini karena masyarakat kurang mendapatkan informasi tentang diversifikasi bahan pangan dari olahan labu kuning ini. Arfini *et al.* (2017) menyebutkan bahwa tingkat konsumsi dari labu kuning masih sangat rendah yaitu sebesar 5 kg/kapita/tahun. Padahal labu kuning memiliki nilai gizi yang sangat tinggi dan banyak manfaat untuk menyehatkan tubuh, sehingga berpotensi sebagai sumber makanan bergizi (Furqan *et al.*, 2018) dan juga memiliki potensi untuk dikembangkan sebagai alternatif bahan baku atau bahan pengganti pada produk pangan olahan (Canti *et al.*, 2020). Oleh sebab itu, salah satu upaya untuk meningkatkan informasi mengenai diversifikasi bahan pangan dari olahan labu kuning adalah dengan melakukan penyuluhan mengenai pengolahan labu kuning menjadi aneka macam makanan ringan. Menurut Syafutri *et al.* (2022) pengolahan produk pangan berbasis labu kuning dapat meningkatkan nilai tambah dari sayur buah labu kuning.

Adanya kegiatan pengabdian pada masyarakat diharapkan akan memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat di Kecamatan Indralaya Utara terutama di Desa Pulau Semambu tentang diversifikasi pangan dari olahan labu kuning menjadi aneka macam makanan ringan. Kegiatan ini memiliki prospek yang cukup bagus mengingat bahwa bahan baku yang diperlukan mudah didapat serta cara pembuatan aneka produk mudah dilakukan, sehingga tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan bagi ibu-ibu dan kelompok remaja putri dalam membuat aneka olahan makanan dari bahan dasar labu kuning.

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Pulau Semambu, Kecamatan Indralaya Utara, Ogan Ilir pada bulan September 2023 dengan khalayak sasaran kegiatan adalah ibu-ibu dan remaja putri.

Metode pelaksanaan kegiatan terbagi dalam beberapa tahap yaitu:

- a. Persiapan lokasi kegiatan. Persiapan meliputi koordinasi dengan aparat Desa Pulau Semambu, persiapan bahan, alat serta khalayak sasaran.
- b. Kegiatan pengabdian yang dilakukan meliputi beberapa tahap:
 - (i) Penyuluhan tentang inovasi makanan berbasis labu kuning dan (ii) pelatihan cara mengolah berbagai macam makanan dengan bahan dasar utama labu kuning, selanjutnya (iii) dilakukan evaluasi produk makanan yang dihasilkan dari bahan baku utama labu kuning.
- c. Kegiatan evaluasi. Indikator keberhasilan adalah sejauh mana masyarakat memahami

dan mencoba mempraktikkan di rumah tentang berbagai macam resep olahan labu kuning menjadi makanan yang lebih menarik .

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat di Desa Pulau Semambu, Kecamatan Indralaya Utara, Ogan Ilir berupa pelatihan pembuatan aneka jenis makanan yang berbahan dasar labu kuning. Kegiatan ini diikuti oleh khalayak sasaran yaitu ibu-ibu dan remaja putri sebanyak 30 orang. Kegiatan diawali dengan penyuluhan tentang pengenalan tanaman labu kuning yang meliputi kandungan yang terdapat di dalam buah labu kuning serta manfaatnya. Selama ini yang dikenal Masyarakat Desa Pulau Semambu, labu kuning hanya dimanfaatkan untuk membuat kolak dan sayur labu kuning. Masyarakat belum mengenal lebih jauh atau lebih banyak tentang pengolahan labu kuning dijadikan berbagai produk olahan yang lebih menarik dan lebih lezat dan dapat dijadikan salah satu alternatif yang bisa meningkatkan ekonomi keluarga. Untuk itu perlu dilakukan penyuluhan kepada ibu-ibu dan remaja putri dengan jalan mengenalkan beberapa resep olahan labu kuning menjadi berbagai macam kudapan. Gambar 1 menunjukkan kegiatan penyuluhan, tampak peserta menyimak materi yang diberikan.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan

Tahap selanjutnya adalah pendampingan pembuatan berbagai kudapan yang berbahan dasar labu kuning, antara lain kue lumpur labu kuning, nagasari labu kuning, bolu kojo labu kuning, klepon, ongol-ongol labu kuning, dan sebagainya. Ibu-ibu dan remaja putri diberikan buku resep pembuatan aneka macam kue yang berbahan dasar labu kuning. Buku resep tersebut berisikan 20 jenis aneka kudapan yang berbahan dasar labu kuning. Gambar 2 menunjukkan sampul buku resep aneka makanan berbasis labu kuning dan salah satu resep kudapan yang akan dipraktikkan dalam kegiatan ini.

Salah satu kudapan yang dipraktikkan ibu-ibu dan remaja putri adalah kue lumpur labu kuning. Bahan-bahan yang diperlukan adalah labu kuning, gula, tepung terigu, santan, kuning telur, garam, vanili, margarin dan kismis secukupnya. Cara membuatnya adalah antara lain labu kuning yang sudah dikupas kulit dan dihilangkan bijinya dikukus hingga empuk lalu dihaluskan. Masukkan kocokan telur dan gula yang sudah larut dan tambahkan dengan garam dan vanili. Aduk hingga semua bahan larut dengan merata. Masukkan santan sedikit demi sedikit sambil diaduk, disusul dengan tepung terigu sampai tercampur rata. Panaskan cetakan kue lumpur yang sudah diolesi dengan minyak atau mentega. Tuang adonan yang sudah dibuat tadi ke dalam cetakan kue tersebut lalu tutup. Masukkan kismis saat adonan sudah setengah matang dan tutup kembali hingga adonan kue tersebut matang sempurna.



Gambar 2. Buku resep aneka makanan berbasis labu kuning

Evaluasi terhadap kegiatan meliputi (i) pemahaman terhadap materi dan (ii) evaluasi tingkat kesukaan terhadap resep aneka kudapan yang berbahan dasar labu kuning. Hasil diskusi dengan anggota pelatihan yaitu ibu-ibu dan remaja putri menunjukkan ketertarikan yang sangat tinggi untuk mempraktikkan langsung dari resep-resep tersebut. Secara umum pengetahuan tentang pemanfaatan labu kuning untuk diolah menjadi berbagai macam kudapan sudah sangat baik, tetapi mereka belum mempraktikkannya secara langsung. Setelah mendapatkan penyuluhan dan mendapatkan buku resep tentang inovasi makanan berbasis labu kuning diharapkan ibu-ibu dan remaja putri mendapatkan pengetahuan dan keterampilan baru untuk mengolah labu kuning menjadi aneka makanan yang lebih menarik. Hal ini karena bahan dasar berupa labu kuning mudah didapatkan di Desa Pulau Semambu, karena sebagian besar Masyarakat di desa tersebut sudah membudidayakan sendiri tanaman labu kuning. Harapannya dengan adanya pelatihan ini ibu-ibu dan remaja putri dapat mengolah labu kuning menjadi makanan yang bernilai ekonomi tinggi sehingga dapat meningkatkan pendapatan rumah tangga. Pada akhir kegiatan selain mendapatkan buku resep tentang inovasi makanan berbasis labu kuning, tiap peserta yang mengikuti kegiatan hingga akhir acara diberikan souvenir sebagai kenang-kenangan dan ucapan terimakasih atas partisipasi dalam kegiatan ini. Kegiatan ini diharapkan masyarakat dapat mengembangkan pengolahan labu kuning menjadi aneka makanan yang lebih menarik, lebih lezat dan memiliki nilai jual yang lebih tinggi jika dibandingkan apabila dijual dalam bentuk buahnya saja.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan inovasi makanan berbasis labu kuning telah dilakukan di Desa Pulau Semambu, Kecamatan Indralaya Utara, Ogan Ilir. Kegiatan berjalan lancar dan berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang inovasi pembuatan berbagai macam kudapan yang berbahan baku labu kuning serta berhasil meningkatkan keterampilan pembuatan aneka macam makanan berbahan dasar labu kuning bagi ibu-ibu dan kelompok remaja putri.

Saran

Berdasarkan masukan dari khalayak sasaran untuk kegiatan PPM selanjutnya adalah berupa penyuluhan tentang pengolahan labu kuning menjadi makanan yang awet (makanan kering yang tahan lama).

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui dana PNBP Universitas Sriwijaya tahun 2023 sehingga kegiatan ini dapat terlaksana, dan juga terima kasih pada ibu kepala desa Semambu, Indralaya Utara beserta masyarakatnya yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arfini, F., Fitri, M., & Tartar, S. U. (2017). Penerapan pengolahan labu kuning (*Cucurbitae moschata*) di Kabupaten Barru Sulawesi Selatan. *Jurnal Dinamika Pengabdian*, 3 (1), 77-89.
- Brotodjojo, L.C. 2010. *Semua Serba Labu Kuning*. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Canti, M., Fransiska, I., & Lestari, D. (2020). Karakteristik mi kering substitusi tepung terigu dengan tepung labu kuning dan tepung ikan tuna. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 9 (4), 181-187.
- Carvalho, L. M. J., Patricia, G., Godoy, R. L. D. O., Pacheco, S., Henrique, P., Luiz, J., Carvalho, V., Regina, M., Cristina, A., Neves, L., Carolina, A., Alves, R., Rabelo, S., & Ramos, R. (2013). Total carotenoid content, α -carotene and β -carotene of landrace pumpkins (*Curcubita moschata* D): a preliminary study. *FRIN*, 47 (2), 337-340.
- Furqan, M., Suranto, & Sugiyarto. (2018). Karakterisasi Labu Kuning (*Cucurbita moschata*) berdasarkan karakter morfologi di Daerah Kabupaten Bima Nusa Tenggara Barat. *Prosiding Seminar Hasil Pendidikan Biologi dan Saintek III*, 136-141.
- Gardjito, M. 2005. *Labu Kuning Sumber Karbohidrat Kaya Vitamin A*. Tridatu Visi Komunitas. Yogyakarta.
- Millati, T., Udiantoro, dan Wahdah, R. (2020). Pengolahan labu kuning menjadi berbagai produk olahan pangan. *SELAPARANG, Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4 (1), 306-311.
- Mulyana E., Purbayanti E., dan Januarti E. (2015). Keuntungan dan usaha tani labu kuning terhadap pedagang dan petani Kecamatan Indralaya Utara. *Prosiding Nasional Sains & Teknologi VI*. Universitas Lampung.
- Pabidang, S., Hadi, S. P. I., Elvina, A., Putri, D. E., Sari, H. P., Iriyani, T., & Nainggalis, A. L. (2017) Peningkatan kompetensi masyarakat melalui inovasi pemanfaatan labu kuning menjadi makanan kreatif dan sehat. *Jurnal Abdimas: Community Health*, 1 (1), 11-17.
- Purwanto, C. C., Ishartani, D., & Muhammad, D. R. A. (2013) Kajian sifat fisik dan kimia tepung labu kuning (*Cucurbita maxima*) dengan perlakuan *blanching* dan perendaman Natrium Metabisulfit ($\text{Na}_2\text{S}_2\text{O}_5$). *Jurnal Teknosains Pangan*, 2 (2), 121-131.
- Ramonah, D., Puspitasari, D. F., Pratiwi, A. D. E., & Wulandari. 2023. Edukasi dan pemanfaatan labu kuning sebagai bahan pangan sehat di Desa Wisata Jamaldari. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6 (10), 4377-4385.
- Sudarto, Yudo. 2000. *Penanaman Buah Labu Kuning (Curcubita) dan Manfaatnya*. Bursa Ilmu. Yogyakarta.
- Syafutri, M. I., Widowati, T. W., Syaiful, F., Malahayati, N., Hamzah, B., Sugito, Wijaya, A., & Santoso, B. (2022). Diseminasi pengolahan mi dan stik labu kuning pada masyarakat Desa Pulau Semambu Kecamatan Indralaya Utara Kabupaten Ogan Ilir. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 18 (2), 205-2014.
- Usmiati, S.S Yuliani dan Setiyanto. 2005. Karakteristik Proksimat dan Profiln warna tepung labu kuning. Bogor: Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pasca panen Pertanian.